



UNIVERSIDAD DE LA RIOJA

TRABAJO FIN DE ESTUDIOS

Título

Proyecto educativo de innovación docente en natación
educativa en Educación Primaria

Autor/es

AMAIA CAMPO PRADOS

Director/es

JOSEP MARÍA DALMAU TORRES

Facultad

Facultad de Letras y de la Educación

Titulación

Grado en Educación Primaria

Departamento

CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN

Curso académico

2017-18



Proyecto educativo de innovación docente en natación educativa en Educación Primaria, de AMAIA CAMPO PRADOS
(publicada por la Universidad de La Rioja) se difunde bajo una Licencia Creative Commons Reconocimiento-NoComercial-SinObraDerivada 3.0 Unported.
Permisos que vayan más allá de lo cubierto por esta licencia pueden solicitarse a los titulares del copyright.

TRABAJO FIN DE GRADO

Título

Proyecto educativo de innovación docente en natación educativa en Educación Primaria

Autor

Amaia Campo Prados

Tutor/es

Josep María Dalmau Torres

Grado

Grado en Educación Primaria [206G]

Facultad de Letras y de la Educación

Año académico

2017/18



**UNIVERSIDAD
DE LA RIOJA**

RESUMEN

El proyecto educativo que se presenta, es un trabajo de innovación educativa sobre la natación escolar, cuya finalidad se orienta a que los alumnos logren tener cierta autonomía y confianza en el medio acuático. Para ello, se ha diseñado un proyecto sobre natación educativa, dirigido a los alumnos que se encuentran en 2º curso de Educación Primaria del CEP. Ángel Martínez Baigorri, situado en la localidad de Lodosa (Navarra).

Con la realización de este proyecto se pretende demostrar que la natación (considerada uno de los deportes más completos) puede enriquecer el currículum de los alumnos de Educación Primaria; desde los centros educativos se les proporciona la oportunidad necesaria a los alumnos para que adquieran las habilidades y capacidades necesarias para el dominio del medio acuático.

Este trabajo se centra en innovar a través de la natación educativa la forma y manera de impartir la asignatura de Educación Física con respecto a los años anteriores. Para ello, se ha creído conveniente la iniciativa de la natación escolar, ya que es importante que los niños desde edades muy tempranas muestren habilidades y conocimientos básicos de natación. También, hay que señalar que es una actividad muy completa, ya que se trabajan todas las partes del cuerpo; y se desarrollan habilidades y capacidades nuevas del medio acuático.

La natación presenta numerosos beneficios para el desarrollo motor de los niños, sobre todo en edades muy tempranas. Con la natación escolar los niños desarrollan una correcta autoestima, mejoran sus habilidades sociales y psicomotoras, mejoran su calidad de vida, obtienen una coordinación motora eficaz y previenen enfermedades respiratorias.

Para la realización de este proyecto he utilizado una metodología constructivista y activa, el monitor sirve de guía a los estudiantes en la adquisición de los aprendizajes. Los alumnos son los principales protagonistas en su proceso de enseñanza aprendizaje, ya que el monitor les proporciona cierta autonomía a la hora de realizar las actividades planteadas. Cabe señalar, que los monitores no solo trabajan con los alumnos actividades deportivas, sino que también se trabajan temas transversales como la responsabilidad, la constancia, la perseverancia, el esfuerzo, el respeto...

Palabras clave: innovación educativa, natación escolar, habilidades y capacidades acuáticas, medio acuático, currículum.

ABSTRACT

The educational project that is presented is a work of educational innovation on the theme of school swimming, whose purpose is to ensure that students have autonomy and trust in the aquatic medium. To this end, a project on educational swimming has been designed for students of the 2nd year of primary school of the Ángel Martínez Baigorri public school, located in the town of Lodosa.

The purpose of this project is to demonstrate that swimming can enrich the curriculum of primary school students as long as in schools they are provided with the necessary opportunity to acquire the necessary skills and abilities to master the aquatic environment.

This end-of-grade project focuses on how the physical education course is more innovative than in previous years. For this, the initiative of school swimming has been considered convenient, since it is important that children from very early ages show basic swimming skills and knowledge.

Swimming has many benefits for the motor development of children, especially at very young ages. With school swimming children develop a correct self-esteem, improve their social and psychomotor skills, improve their quality of life, obtain an effective motor coordination and also prevent respiratory diseases.

For the realization of this project I have used a constructivist and active methodology, the monitor serves as a guide to students in the acquisition of learning. The students are the main protagonists in their teaching-learning process, since the monitor gives them a certain autonomy when carrying out the activities proposed. It should be noted that the monitors not only work with students in these sports activities, they also work on other cross-cutting issues such as the concept of responsibility, perseverance, effort and respect.

Key words: educational innovation, school swimming, skills and abilities to master the aquatic environment, curriculum.

ÍNDICE

1. Introducción.....	1
2. Objetivo del trabajo.....	3
2.1 Objetivos específicos.....	3
3. Marco teórico.....	5
3.1 Antecedentes de la natación.....	5
3.1.1 Evolución de la enseñanza de la natación en España.....	6
3.1.2 La natación escolar en el marco educativo.....	7
3.2 La natación escolar dentro de las competencias básicas de la educación.....	10
3.2.1 Análisis del peso académico de la natación en el currículum educativo de Navarra.....	11
3.3 La natación escolar.....	12
3.3.1 Fundamentación educativa de la natación educativa-escolar.....	13
3.3.2 Planteamiento de la natación educativa-escolar.....	16
3.3.3 Beneficios de la natación en el desarrollo integral del niño en la etapa escolar.....	17
3.4 La natación en la escuela.....	18
3.4.1 Propuesta de la natación en la escuela.....	19
3.4.2 Objetivos que propone la natación en la escuela.....	20
3.5 Pautas generales en el aprendizaje de las actividades acuáticas.....	20
4. Desarrollo.....	23
4.1 Presentación del proyecto.....	23
4.2 Gestión y planificación del proyecto.....	25
4.3 Población y contexto del centro.....	26
4.4 Cronograma o temporalización.....	27
4.5 Objetivos de la iniciativa.....	27
4.6 Metodología.....	27
4.7 Materiales empleados en el proyecto.....	29
4.8 Programa de actividades.....	29
4.9 Observaciones metodológicas y estrategias pedagógicas.....	33
4.10 Evaluación del proyecto.....	34

5. Conclusiones.....	37
6. Bibliografía.....	41
7. Webgrafía.....	43
8. Anexos.....	45
Anexo 1: Decreto Foral de Navarra en Educación Física.....	45
Anexo 2: Sesiones realizadas en el Proyecto.....	49
Anexo 3: Autorización del centro educativo.....	89
Anexo 4: Autorización de la instalación.....	90
Anexo 5: Informe de evaluación individual.....	92
Anexo 6: Ficha de evaluación de nivel.....	95

FIGURAS

Figura 1.Plano del trayecto del centro educativo a la instalación deportiva.....	24
--	----

CUADROS

Tabla 1. Periodización de la actividad de natación.....	27
Tabla 2. Ejemplo de las actividades plantadas en la primera sesión.....	31
Tabla 3. Ficha de observación diaria.....	35

1. INTRODUCCIÓN

Este Trabajo surge a partir de mis estudios como maestra en la Universidad de La Rioja, donde me planteo una Educación Física en la que las actividades acuáticas estuvieran presentes. La Natación es una actividad valorada socialmente y está considerada como uno de los deportes más completos, pero ¿por qué no está muy presente en el currículum oficial?

Este TFG es un proyecto de innovación educativa, cuya finalidad es que los alumnos logren tener cierta confianza e independencia en el medio acuático. Para ello, se va a diseñar un proyecto sobre natación educativa, dirigido a los alumnos que se encuentran en 2º curso de Educación Primaria de C.E.P Ángel Martínez Baigorri, situado en la localidad de Lodosa (Navarra).

En este proyecto se ha empleado una metodología constructivista y activa, de forma que el monitor de natación sirve de guía a los estudiantes en la adquisición de sus aprendizajes, es decir, les dice como tienen que desarrollar la actividad pero en ningún momento les marca el ritmo, la intensidad y la velocidad del ejercicio, cada alumno la desarrolla según sus capacidades y habilidades motoras. El monitor también emplea un proceso de enseñanza-aprendizaje activo, ya que les proporciona a los alumnos cierta autonomía a la hora de poner en práctica las actividades planteadas.

La estructura del proyecto es muy amplia, primero nos encontramos con los antecedentes de la natación en general, los cuales se centran en la evolución que ha sufrido la actividad de natación en España con el paso de los años; y de los cambios que ha experimentado la natación escolar en el marco educativo de nuestro país. Seguido a este apartado, nos encontramos con el marco legal de la natación escolar, en el que se ha realizado un análisis exhaustivo sobre el peso académico que tiene la natación en el currículum escolar en la comunidad autónoma de Navarra, donde se va a poner en marcha este proyecto.

El siguiente apartado se centra en la fundamentación y planteamiento de la natación educativa, así como en los beneficios de la natación en el desarrollo integral del niño en la etapa escolar. Otro de los apartados nos presenta la natación en la escuela, tema en el que se centra este proyecto. Y por último, nos muestra las pautas generales que podemos seguir para un buen aprendizaje de las actividades acuáticas.

En los siguientes apartados se muestra una parte más práctica del proyecto, explica a grandes rasgos todo lo necesario para poder ponerlo en marcha como son los permisos necesarios, el contexto donde se aplica, el cronograma, los objetivos que se persiguen con la iniciativa, la metodología empleada, los materiales necesarios, las actividades presentadas, las observaciones metodológicas llevadas a cabo y la evaluación del proyecto.

Este TFG presenta la finalidad de innovar la asignatura de Educación Física con respecto a los años anteriores. Personalmente, decidí plantear esta actividad de la natación educativa por la razón de que soy socorrista y monitora de natación, y creo que es muy importante que los niños desde edades muy tempranas tengan conocimientos básicos de natación, ya que es una actividad muy completa porque trabajas todas las partes del cuerpo, y desarrollas ciertas destrezas y habilidades que en el medio terrestre no las puedes poner en práctica.

Además la natación tiene numerosos beneficios para el desarrollo motor de los niños. Con la natación escolar los niños desarrollan una correcta autoestima, mejoran sus habilidades sociales y psicomotoras, mejoran su calidad de vida, obtienen una coordinación motora eficaz y previenen enfermedades respiratorias. También, con la actividad de la natación no solo se trabaja el tema deportivo, sino que en este TFG se puede ver que se trabajan diversos temas transversales como pueden ser la responsabilidad de los estudiantes, la constancia, la perseverancia y el esfuerzo para tratar de alcanzar los objetivos planteados por el monitor.

2. OBJETIVOS DEL TRABAJO.

Este proyecto persigue la finalidad de que los alumnos puedan desarrollar el placer de realizar actividad física utilizando la natación. De esta manera, el objetivo principal de este proyecto es que los niños desarrollen confianza y autonomía a la hora de desempeñar cualquier tipo de actividad acuática, ya sea nadar, jugar o realizar cualquier tipo de deporte acuático.

Con este proyecto también se busca mejorar la salud de los estudiantes, así como concienciarles en tener hábitos saludables.

2.1 Objetivos específicos

Para poder conseguir el objetivo principal, se necesitan diversos objetivos específicos:

- Proporcionar a los estudiantes cierta autonomía en el medio acuático para el desarrollo de las habilidades acuáticas básicas.
- Fomentar una actitud favorable en la práctica de las actividades acuáticas.
- Desarrollar las habilidades motrices básicas acuáticas teniendo en cuenta las características de cada niño.
- Disfrutar y desenvolverse de manera segura en el medio acuático.
- Fomentar la natación como deporte recreativo.
- Afianzar hábitos saludables e higiénicos como base para una vida sana.
- Diseñar una propuesta curricular en el ámbito escolar para poder introducir actividades acuáticas.
- Diseñar actividades acuáticas de acuerdo al nivel de esas habilidades que presentan los estudiantes.
- Conocer los beneficios que tienen las actividades acuáticas en el ámbito escolar.

3. MARCO TEÓRICO

3.1 Antecedentes de la natación

Según Lewillie (1983) en Egipto en el año 5000 a.c. aparecieron los primeros registros históricos referentes al término de natación en las pinturas de la Roca de Gilf.

En el siglo XVIII se comenzó a darle mayor importancia a la natación desde los ámbitos de medicina, educación y ejército, así que comenzaron a establecer organizaciones para la enseñanza de ésta.

En el siglo XIX, en Inglaterra la natación alcanzó su mayor apogeo, en Londres se construyó la primera piscina cubierta donde se realizó la primera competición organizada. Al surgir las primeras competiciones, se necesitó reglarlas por lo que en el año 1874 apareció la primera federación de clubes *Association Metropolitan Swimming Club*.

Según Torrebaddella (2011) a partir del siglo XIX, comenzaron a publicar en España algunos libros sobre el arte de nadar, el objetivo de estos libros era el aprendizaje de la natación, y a su vez la utilizaban como una práctica higiénica de la salud y del ejercicio físico.

En España, en 1907 la natación arranca como deporte contemporáneo, el mallorquín Bernando Picornell fundó un Club de Natación en la ciudad de Barcelona, conocido con el nombre de *Club Natació Barcelona* donde se formaron importantes figuras del deporte. Pero la natación española en el siglo XX, era un deporte para gente adinerada, ya que contaban con escasos clubs y con pocas piscinas. Sin embargo, con el paso de los años comenzaron a surgir diversos clubs y federaciones de natación en diversas regiones del territorio español.

Cabe señalar que la natación se desarrolla paralelamente a la cultura que la sustenta y en cierto modo, la educación en el medio acuático ha incorporado las influencias de las corrientes que las finalidades han determinado. Según Barbero (2007) describiría la debilidad de los capitales corporales que nosotros interpretamos en la natación educativa. De este modo, las distintas culturas que han empujado la actividad corporal

en el medio acuático lo han hecho con las finalidades y estrategias propias que, a su vez, han delimitado el uso de la natación en los entornos educativos.

3.1.1 Evolución de la enseñanza de la natación en España

Desde mediados del siglo XVI hasta la actualidad, las enseñanzas de las actividades acuáticas han ido evolucionando de una manera muy considerable.

En España, Fernando Navarro desarrolló un método de enseñanza en el que los niños empezaban su aprendizaje entre los 4-5 años, su método de enseñanza se basaba en utilizar un vaso mixto, donde comenzaban su aprendizaje en la zona poco profunda de la piscina y utilizaban como elementos de flotación solamente las tablas. Su método se basaba en un tipo de enseñanza analítica-progresiva, en el cual se progresa en las habilidades de flotación, respiración y propulsión. El objetivo principal que persigue este método es el recreativo y el deportivo. En 1990, su nuevo modelo se centra en el aprendizaje del dominio de las habilidades acuáticas desde diferentes niveles, es decir, para saber que un niño ha aprendido a nadar de manera eficaz tiene que haber alcanzado los siguientes aprendizajes:

- Familiarización completa con el medio acuático.
- Saber cómo respirar en el agua de manera correcta.
- Recorrer una distancia mínima.

Con la propuesta de Cabanes (1992), se produjo un avance en la metodología para la enseñanza de las actividades acuáticas. Este autor propone cinco etapas para el proceso pedagógico de la natación educativa.

- Tener confianza en uno mismo y en el medio.
- Dominio del equilibrio.
- Inicio a la respiración.
- Dominio de los estilos crol y espalda.
- Dominio de los estilos braza y mariposa.

Pérez (1990) afirma que la natación educativa es un proyecto a largo plazo, su objetivo es que el individuo con hábitos sanos y con interés en la actividad física, sea capaz de nadar en un período corto de su vida, para poder practicarlo a lo largo de la misma. La natación educativa hace atractivo el medio acuático para los profesores, puesto que

ofrece diferentes posibilidades didácticas que enriquecen al alumnado. Según este autor, los contenidos metodológicos a desarrollar son los siguientes: flotación, respiración, deslizamiento, saltos básicos, giros, equilibrios, lanzamientos, impactos, recepciones, arrastres y ritmo.

Por último, los autores Moreno y Gutiérrez (1998), consideraron imprescindible el aprendizaje de las habilidades motrices previas a las habilidades deportivas para poder dominar el medio acuático. Estos autores sugieren una previa familiarización del niño con el medio acuático para poder trabajar posteriormente las habilidades motrices dentro del agua.

A lo largo de los años han ido surgiendo nuevos métodos de natación, la mayoría han surgido en otros países, pero gracias a los estudios y a las investigaciones de diversos autores españoles, estos métodos han llegado a España, ya sean los mismos o simplemente modificando ciertos aspectos del mismo método.

3.1.2 La natación escolar en el marco educativo.

En España en el año 1954 comenzó a funcionar la natación escolar de forma organizada. A partir de los años setenta en la Federación Catalana de Natación se propone un programa de natación educativa en la Enseñanza General Básica (EGB). Con la Ley General de Educación (LGE) de 1970, encontramos la natación como un contenido que pertenecía al área de Expresión Dinámica, así que en el año 1974 la Delegación Nacional de Educación Física y Deportes introdujo la natación en la segunda etapa de EGB con los objetivos de poder desarrollar habilidades y aptitudes acuáticas.

En el año 1986, con los Planes Renovados para EGB se volvió a introducir la natación como actividad opcional para los tres cursos, aunque no se volvió a introducir en el currículo escolar. Según Albarracín y Moreno (2013), así como De Paula (2017) en los últimos años nos encontramos con algunas propuestas de natación de manera aislada y fuera de la legislación.

Por otro lado, con la aprobación de la Ley orgánica 1/90 de 3 de octubre conocida con el nombre de Ley de Ordenación General del Sistema Educativo (LOGSE) se comienza a dar más importancia a la materia de Educación Física, así como al proceso de aprendizaje aplicado antes que al resultado dado.

Según los autores Maravall (1984) y MEC (1987) la LOGSE deja en manos de los profesores las decisiones que se tienen que tomar en cuanto a materia curricular que se encuentran en el Diseño Curricular Base para cada etapa y ciclos educativos en la materia de Educación Física, los cuales han sido estudiados y comparados por especialistas en el área de contenidos de esta asignatura. (Arnold, 1981; Blázquez, 1987; Delgado Noguera, 1991; Harrow, 1978; Mosston, 1978; Ruiz, 1992; Sánchez Bañuelos, 1984; Seybold, 1974; Vázquez, 1989; Pieron, 1988).

Esta Ley dentro de los contenidos educativos destaca las actividades que emplean el medio acuático, cuyo objetivo se centra en el desarrollo armónico del alumno cumpliendo en todo momento los contenidos que aparecen en el currículo base de Educación Física. El medio acuático despierta un gran interés por parte de los estudiantes, por lo que esta Ley propone que los docentes del área de Educación Física estén preparados para poder abordar y para diseñar las tareas docentes que se requieren; esto supone un gran esfuerzo a la hora de la formación y organización por parte de los docentes de esta materia.

Con la LOGSE se dio un gran crecimiento y mejora en la formación del profesorado en el área de Educación Física por parte de las escuelas de Magisterio, las Facultades de Educación y Facultades de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte. Aunque en el caso del maestro especialista en Educación Física, no tiene una completa formación en la parte del currículum de las actividades acuáticas, existe un gran vacío en cuanto a su contenido en esta etapa.

Años más tarde se promulgo en España una nueva Ley educativa, la Ley Orgánica de Educación aprobada el 3 de Mayo de 2006, conocida como LOE.

Esta Ley recoge en el currículum de la asignatura de Educación Física cinco bloques de contenidos, los cuales son: *Cuerpo Imagen y Percepción*, *Habilidades Motrices*, *Actividades Físico-Artístico-Expresivas*, *Actividades Física y Salud* y *Juegos y Deportes*. Dentro de estos contenidos nos menciona el medio acuático y se va a explicar la relación de cada contenido con el medio acuático.

En primer lugar, dentro del bloque de contenidos *El Cuerpo, Imagen y Percepción*, menciona que a través del medio acuático adquirimos una imagen corporal correcta, los alumnos se beneficiarán en la toma de conciencia de las diferentes posturas que pueden conseguir. En este contenido los estudiantes practicarán la respiración, la relajación y el

tono muscular. En cuanto al bloque de contenidos de las *Habilidades Motrices* empleamos el medio acuático para los desplazamientos, pero no se espera que los alumnos realicen los desplazamientos como modelos perfectos de ejecución técnica.

En el tercer bloque como es el de las *Actividades Físico-Artístico-Expresivas*, se realizan diversas actividades y juegos que promueven las relaciones entre los alumnos, para ello se llevan a cabo juegos como la dramatización, mímica y danza dentro del medio acuático, de esta forma se desarrollan las cualidades de coordinación de los estudiantes. El cuarto bloque de contenido *Juegos y Deportes*, explica que el juego es una actividad libre que despierta el interés de los niños por las actividades acuáticas.

En cuanto al último bloque de contenidos *Actividad Física y Salud*, establece las importantes normas de higiene, así como las medidas de seguridad que hay que tener en cuenta para tratar de evitar accidentes que suceden en el medio acuático.

Años más tarde el gobierno aprobó una nueva Ley educativa, ley Orgánica 8/2013, del 9 de diciembre, conocida con el nombre de Ley Orgánica para la Mejora de la Calidad Educativa (LOMCE), esta ley estructura la asignatura de Educación Física en cuatro situaciones motrices diferentes.

Primero encontramos las *acciones motrices individuales*, son actividades que favorecen el desarrollo del esquema corporal que se pueden trabajar en el medio acuático. Esta ley menciona las acciones motrices en situaciones de oposición, en el medio acuático podemos realizar diversos juegos para trabajar la resistencia que tiene el agua.

En cuanto a las *acciones motrices en situaciones de cooperación, con o sin oposición*, su objetivo es crear ambientes de cooperación y colaboración entre los estudiantes, en el medio acuático se puede trabajar con diferentes deportes como por ejemplo el waterpolo. También, menciona las *acciones motrices de adaptación al entorno físico*, el medio donde se realizan las acciones no tiene siempre las mismas condiciones y puede generar incertidumbre en los estudiantes.

Por último, encontramos las *acciones motrices de índole o de expresión*, en el medio acuático se realizan actividades como la expresión corporal que desarrollan las cualidades coordinativas y físicas del alumnado.

3.2 La natación escolar dentro de las Competencias Básicas de la Educación

Realizando un análisis exhaustivo de las competencias clave de la LOMCE, podemos establecer aplicaciones de relación con la natación educativa, tal y como se describen a continuación:

Competencia en comunicación lingüística. Los alumnos tienen que utilizar con propiedad todo el vocabulario empleado en el medio acuático como por ejemplo, flotación, propulsión, abneas, etc

Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología. Se emplean en ciertas actividades como en las de apreciación de la distancia (por ejemplo, nadar 25 metros, 50 metros).

Competencia digital. Los estudiantes tienen que ser capaces de buscar, obtener y procesar información que los medios acuáticos poseen para poder practicar esta actividad física, haciendo un buen uso de las TICs.

Competencia aprender a aprender. Los estudiantes tienen que ser capaces de desarrollar actividades en el medio acuático de manera independiente, empleando los conocimientos adquiridos en la asignatura de Educación Física.

Competencia social y cívica. Los alumnos tienen que ser capaces de trabajar en equipo, aceptando las normas de las instalaciones, asimilando las limitaciones de cada estudiante y realizando un buen uso del medio acuático.

Competencia en el sentido de la iniciativa y espíritu emprendedor. Los alumnos tienen que saber desarrollar acciones individuales y grupales, ser creativos, tener confianza en ellos mismos, ser responsables, tener criterio propio y a su vez adquirir los aprendizajes acuáticos necesarios.

Competencia en conciencia y expresiones culturales. La materia en Educación Física se acerca a esta competencia teniendo en cuenta la parte artística de diversas ejecuciones motrices desarrolladas en el medio acuático.

Autores como Ureña (2010) proponen la aparición de una nueva competencia específica “*Saber nadar con seguridad*” consiste en que el profesor ayudará a los estudiantes en sus nuevos aprendizajes acuáticos basándose en sus conocimientos anteriores. Esta competencia se trabajará en la etapa de Educación Infantil de manera mínima; en la

mitad de Educación Primaria los alumnos irán adquiriendo las habilidades y necesidades básicas.; y al finalizar esta etapa, los alumnos mostrarán conocimientos y destrezas generales en el medio acuático.

3.2.1 Análisis del peso académico de la natación en el currículum educativo de Navarra.

En el siguiente apartado se ha realizado un análisis exhaustivo en el Decreto Foral 60/2014, de 16 de julio, del currículo de las enseñanzas de Educación Primaria en la Comunidad Foral de Navarra.

Este decreto está redactado de acuerdo con la Ley vigente en la actualidad como es la Ley para la Mejora de la Calidad Educativa (LOMCE) aprobada el 9 de diciembre del 2013.

Centrándonos en la asignatura de Educación Física, podemos comprobar que en el Decreto de la Comunidad Foral de Navarra nos dividen la asignatura en cuatro bloques de contenidos los cuales son: *las Habilidades Perceptivo Motrices; las Habilidades Motrices Básicas; las Actividades Físicas Artístico Expresivas y la Actividad Física y Salud*. Cada uno de estos bloques se divide a su vez en tres subapartados: contenidos, criterios de evaluación y estándares de aprendizaje.

Siendo la natación el tema protagonista de este trabajo, he realizado un análisis a fondo de este decreto para poder apreciar la importancia académica que se le otorga a la natación en la asignatura de Educación Física dentro de la etapa de Educación Primaria. Este análisis de contenido lo he realizado a través de varias tablas, que las podemos ver en el anexo 1, divididas por bloques de contenidos, por cursos, por criterios de evaluación y por estándares de aprendizaje. Conforme he ido leyendo este decreto, aquellas afirmaciones que se referían al término de natación, ya sea de manera directa como indirecta las he ido anotando en la tabla, de esta manera he podido apreciar la importancia que se le da a este tema en la asignatura de Educación Física en la provincia de Navarra.

Por lo que he podido observar no se menciona de manera directa el término de natación o de actividades acuáticas, simplemente en cuarto curso de Educación Primaria, concretamente en el bloque II *Habilidades Motrices Básicas* en el apartado de contenidos se menciona de manera directa la palabra “piscina”, la afirmación que nos

presenta es la siguiente: *conocimiento de actividades en espacios no habituales, valorando el medio natural: marchas en entornos próximos, juegos de orientación, piscina, nieve, etc.* (DECRETO FORAL 60/2014, de 16 de la Comunidad Foral de Navarra, 2014, pag 134)

Los demás cursos mencionan de manera indirecta este término, como se puede apreciar en la tabla, ya que hacen mención a la respiración, a los movimientos del cuerpo, a la relajación, a los hábitos básicos de higiene corporal, al esfuerzo... pero en ningún momento mencionan el concepto de natación, de medio acuático o de actividades acuáticas. Cabe señalar, que en el bloque III *actividades físicas artístico expresivas* ni si quiera hace mención de manera indirecta a ningún elemento que haga referencia al término de natación.

Como conclusión, hay que señalar que, en el Decreto Foral de la comunidad de Navarra, el término de natación no presenta un gran peso académico en el currículum de Educación Primaria, sí menciona aspectos que pueden estar relacionados con este concepto, pero no muestra ninguna afirmación que indique que en cualquier curso de Educación Primaria se inicie a la práctica de este deporte o desarrollen ciertas actividades acuáticas en la piscina.

3.3 La natación escolar

Según Tenorio (2014), autor del modelo de la natación educativa, la natación educativa es una actividad dirigida a los alumnos que se encuentran en edad escolar; este modelo se fija en las características socio- evolutivas de los estudiantes y, se centra en conseguir el desarrollo integral de sus capacidades.

Según Raúl Martínez (2017) maestro de Educación Física, el término de natación educativa se refiere al desarrollo de todas las destrezas y habilidades de los alumnos en el medio acuático. Se centra en el desarrollo evolutivo de la persona, dejando de lado las técnicas que emplea en los diversos estilos (crol, espalda, braza y mariposa), este modelo de natación se involucra más en los aspectos necesarios de los alumnos que en la adquisición de las técnicas de los diferentes estilos.

La natación educativa tiene como objetivo principal el desarrollo integral de los estudiantes por medio del desarrollo de las capacidades básicas del niño en el medio

acuático. La natación educativa tiene mucho que ver con la natación escolar, ya que se realiza en el ámbito escolar, y forma parte de la asignatura de Educación Física.

Con la metodología empleada en la natación educativa, los alumnos mejoran todas las habilidades y destrezas correspondientes a su edad. Tiene como pilar básico proporcionar a los alumnos cierta autonomía, no solo en la piscina, sino que se les transmite una serie de valores como el respeto por las normas, el cuidado del material utilizado y un buen comportamiento dentro de la instalación deportiva. Los alumnos no solo van a la piscina a aprender a nadar, sino que van descubriendo conceptos nuevos, puesto que se encuentran en un ambiente diferente, donde cada día realizan una nueva tarea educativa, tanto dentro como fuera del agua.

3.3.1 Fundamentación educativa de la natación educativa

En los años setenta, comienza un movimiento paralelo a la natación utilitaria, el nuevo movimiento consistía en ampliar la formación de los niños y enlazar la natación con la materia de Educación Física. Este movimiento surgió en Francia, pero pronto se extendió hasta España.

El objetivo de este movimiento era el de desarrollar un programa en que la natación educativa, no solo se centrará en enseñar las técnicas deportivas, sino que hiciera más hincapié en el dominio de las habilidades acuáticas.

En el año 1984 los profesores de INEF de Barcelona, Pere Manuel y Pere Miró, introdujeron la natación educativa en España. El profesor Miró, buscaba en el término de natación educativa el objetivo de poder desarrollar una formación integral en la persona.

A finales de los ochenta y a principios de los años noventa, aparecen diversos autores que van estableciendo cierto orden en los conceptos de la natación educativa. Así que, se va convirtiendo en una actividad acuática educativa con diferentes posibilidades y variables.

A principios del siglo XX, la natación educativa se presenta como un proyecto a largo plazo, en el que nos muestran diversas posibilidades didácticas que enriquecen a los alumnos y hace un tanto atractivo el medio acuático para el profesorado. Este modelo se basaba en la siguiente metodología: respiración, flotación, desplazamientos básicos, saltos básicos, equilibrio, giros, recepciones y ritmo.

El autor Guerrero (1991) diseñó un nuevo proyecto de natación educativa, su propuesta está dirigida a los alumnos con edades comprendidas entre los seis y los catorce años; su idea se centra en que los alumnos alcancen cierta autonomía y socialización. Sus principales objetivos están centrados en alcanzar cierta creatividad, independencia y autonomía en los estudiantes. También, propone unos objetivos secundarios centrados en la educación sanitaria y ambiental.

A lo largo de estos años se produce un gran avance en la metodología del aprendizaje de las actividades acuáticas. En el año 1992 aparece un programa de natación escolar llamado SEAE (Servei de Ensenyament i Asesorament Esportiu), este programa establece los siguientes contenidos teóricos:

- La familiarización con el medio entre los 3 y 4 años.
- El descubrimiento del medio entre los 4 y los 6 años.
- Los primeros desplazamientos entre los 5 y 6 años.
- Mejorar las habilidades acuáticas elementales.
- Trabajar las destrezas acuáticas.
- Perfeccionar la técnica.

Múltiples autores se centran en el planteamiento de las actividades acuáticas en la enseñanza de las primeras etapas. Este planteamiento se centra en proporcionar a los alumnos un enriquecimiento motriz. Afirma que las experiencias vividas de los alumnos con anterioridad influyen de manera positiva en sus posteriores aprendizajes. Durante las primeras etapas de la enseñanza se centran en un trabajo de afectividad, ya que se mantiene una estrecha relación entre profesor-alumno, a través de esta relación se consigue que el alumno se familiarice con el medio acuático. Después, comienza el trabajo de las habilidades como es la flotación, los desplazamientos y por último el trabajo de propulsión. Cuando el niño domina ya los cambios de dirección y de posición se pasa a los movimientos globales de los brazos (estilo crol), todo esto el niño lo tiene que tener asimilado a los 7 años, ya que a esta edad tiene que mostrar un dominio en el medio acuático para dar paso al aprendizaje de los cuatro estilos que encontramos en natación.

A finales del siglo XX, encontramos a Del Castillo (1997) el cual nos muestra un proyecto de actividades acuáticas que está completamente centrado en el niño. Su programa se centra en la autonomía del alumno, y el descubrimiento por el mismo de

sus habilidades y destrezas que le permiten realizar las actividades de agua con éxito. En el proceso de enseñanza aprendizaje del alumno, emplea diversos apoyos como los manuales, el material auxiliar, la ayuda del profesor. Su proyecto le da mucha importancia a la respiración, que una vez dominada, continúa con la enseñanza de las habilidades acuáticas básicas como son el equilibrio, los desplazamientos, los cambios de posición, entrar y salir del agua y la manipulación de objetos.

Conforme van cambiando las técnicas y maneras de impartir la natación educativa a lo largo de los años, encontramos mayores limitaciones en cuanto a la falta de técnicos con formación especializada, ya que estos proponen actividades acuáticas utilitarias con trabajo de perfeccionamiento técnico, que en la mayoría de los centros, tan solo se limitan a aprender los cuatro estilos de natación. Pero hay que destacar, que una actividad acuática educativa puede estar unida a una actividad utilitaria, ya que la engloba y la hace más amplia. En este nuevo planteamiento encontramos que los estilos son importantes, pero no exclusivos, puesto que forman parte de algo que puede facilitar el aprendizaje a los estudiantes en otras facetas.

Con el nuevo modelo de natación educativa su formación engloba todos los ámbitos y tiene como objetivo principal la formación de los alumnos en temas como el respeto, la igualdad, la tolerancia, la cooperación, la responsabilidad y la salud. El responsable de transmitir estos valores es el profesor, ya que los difunde a través de su actitud y actuación ante los alumnos; de modo que su trabajo se centra en la formación integral de los estudiantes.

Aunque aún quedan muchos aspectos por resolver acerca del planteamiento de la natación educativa, en los últimos años diversos autores como son González (2000), Bovi (2001), Plansu (2002), Vaca (2003) y Conde (2003) han investigado y se han dedicado a proponer diferentes ideas para la enseñanza de la natación educativa, ya que consideran que la educación en este nuevo siglo tiene que ser verdaderamente integral.

Los autores Boluda (2007) y Murcia (2008) defendieron la ideas de que el niño no desarrolla habilidades acuáticas por maduración, si no que necesita contacto con el agua. Para ello, plantearon una propuesta educativa acuática a través de la importancia que tiene la motivación.

En conclusión, a lo largo de estos años el planteamiento de la natación educativa ha experimentado numerosos cambios a la hora de ponerla en práctica, ya que este

planteamiento propone dar respuestas a las necesidades que muestran los estudiantes. Estos cambios se reflejan tanto en la estructuración de las actividades acuáticas como en los criterios de formación de los técnicos de natación, ya que el objetivo de esta natación es el desarrollo integral de la persona.

3.3.2 Planteamiento de la natación educativa-escolar

“Las actividades acuáticas pueden clasificarse por enfoques, aplicaciones o ámbitos: Las actividades acuáticas pueden plantearse desde distintos puntos de vista, es decir, en general, podemos distinguir diferentes enfoques u objetivos en el desarrollo de dichas actividades.” (Gosálvez y Joven, 1997, p.19).

Podemos encontrar diversos planteamientos empleados en la natación, este apartado va a reflejar el planteamiento educativo-escolar, ya que este trabajo se centra en la natación educativa y es conveniente que se conozca a grandes rasgos este planteamiento.

“El planteamiento educativo-escolar, tiene como objetivo complementar la formación integral del alumnado utilizando el agua como un medio más de la Educación Física en el entorno escolar.” (Gonsálvez y Joven, 2009, p.19).

El objetivo de este planteamiento, es que los niños sean capaces de dominar el medio acuático sin ningún tipo de ayuda o apoyo. Este programa trata de realizar un breve acercamiento para poder dominar el medio acuático, y acercar a los alumnos a una cultura motriz acuática. Se trata de que la escuela sea una posibilidad de participación social, este programa se desarrolla en edades propias del periodo escolar.

Según Moreno y Sanmartín (1998) las actividades que se desarrollan en este ámbito están destinadas a las poblaciones que se encuentran dentro del sistema educativo. Las principales características del planteamiento educativo son:

- Dominar el medio.
- Formación integral del niño a nivel motriz, cognoscitivo y socio-afectivo.
- Empleo de material didáctico.
- Empleo de métodos como el de la asignación de tareas, descubrimiento guiado y la enseñanza recíproca.
- Formación del educador: en recursos humanos, pedagogía y psicología.

- Grupos de niños con edades homogéneas.
- Fomentar la creatividad por parte del monitor y del estudiante.

Un planteamiento educativo tiene que ordenar los aprendizajes de conceptos, hechos, valores, actitudes y normas, para poder alcanzar el mayor desarrollo de las capacidades motrices, cognitivas, de relación interpersonal, de equilibrio personal y de actuación social.

Para ello, es necesario un orden adecuado en los contenidos de los programas, respetando a su vez el proceso de desarrollo y de madurez de los estudiantes, adaptándose a las necesidades individuales de cada uno de ellos. Para poder conseguir un planteamiento de este tipo es necesaria una perspectiva multidisciplinar entre los padres, la escuela y los monitores de natación.

3.3.3 Beneficios de la natación en el desarrollo integral del niño en la etapa escolar.

La natación tiene una serie de beneficios para el desarrollo motor de los niños, sobre todo cuando empiezan a aprender a nadar desde edades muy tempranas. Los objetivos que se persiguen cuando el niño en edad escolar empieza con el aprendizaje de la natación son el buen desarrollo de una correcta autoestima, la mejora de las habilidades sociales y psicomotoras, una mejora en la calidad de vida de los niños y la prevención de enfermedades respiratorias.

El aprendizaje de natación en los niños que se encuentran en edad escolar, es fundamental para su formación psicológica, física y social. Para los niños que presentan ciertas características especiales como el exceso de peso, enfermedades respiratorias como el asma bronquial, o presentan problemas en la columna vertebral como la escoliosis; la práctica de natación es un ejercicio idóneo para poder fortalecerse ellos mismos.

Los niños que suelen nadar de manera diaria suelen obtener mejores calificaciones en su rendimiento escolar, puesto que para la práctica de la natación tienen que planificar su tiempo y aprovecharlo lo máximo posible. Un aspecto muy importante de la natación es que está relacionada con la diversión, ya que los niños la practican en grupo y se establecen vínculos afectivos entre ellos; siendo recomendable que los niños la disfruten en el momento de su desarrollo, puesto que si no es así, puede tener como consecuencia el abandono de su realización.

Algunos ejemplos de los beneficios que tiene la natación en el desarrollo integral del niño en la etapa escolar son los que enumera García (2010, p.5) como el beneficio de una buena evolución de las cualidades físicas básicas y capacidades perceptivas motrices.

- Fortalecimiento óseo y muscular de la columna vertebral.
- Evita la atrofia muscular.
- Desarrollo de la seguridad y autonomía del niño.
- Desarrollo en el rol social.
- Adquisición de unos hábitos higiénicos y de salud.

Otra autora con conocimientos sobre el tema de la natación es Nari (2013), que nos muestra otros muchos ejemplos de los beneficios que tiene la natación en el desarrollo integral para los niños en edad escolar.

- Desarrollo de una estabilidad emocional.
- Agudiza la inteligencia.
- Aumento de la autoestima.
- Aceptación de las normas de convivencia.
- Aceptación de los fracasos.
- Mejora de la respiración.

El medio acuático nos puede aportar innumerables ventajas ya sea a corto o a largo plazo, por lo que es muy importante que a los niños desde edades tempranas se les inculque y enseñe la práctica y desarrollo de la natación.

3.4 La natación en la escuela

La asignatura de Educación Física es una disciplina que se imparte en la etapa escolar obligatoria. Los objetivos de esta materia son diversos puesto que se centra en los efectos que provoca en los niños, proporciona una mejora sobre el control y el dominio del cuerpo, enseña ciertas actitudes como el respeto, el trabajo en equipo, la deportividad, el respeto hacia las normas de las actividades y a los participantes involucrados.

En la mayoría de ocasiones, la enseñanza de los principales deportes que se practican en la sociedad (como el fútbol, baloncesto, bádminton...) comienzan a enseñarse en el colegio; es una etapa que inicia a los niños a la enseñanza de unos hábitos diarios para el comienzo de una vida saludable. Cabe señalar que, uno de los contenidos educativos de gran importancia en la asignatura de Educación Física son las actividades que emplean el medio acuático, ya que éste es un elemento que tiene gran interés y motivación para los alumnos.

3.4.1 Propuesta de la natación en la escuela.

El medio acuático es un entorno que favorece el proceso de enseñanza-aprendizaje de los estudiantes en el descubrimiento de sus nuevos aprendizajes. También, el medio acuático ofrece un gran potencial en el desarrollo motor de los niños por lo que esta circunstancia se aprovecha a favor en la formación de la persona.

Según los autores Albarracín y Moreno (2011, p. 56) las actividades acuáticas en el ámbito escolar son necesarias para los estudiantes debido a los siguientes razonamientos:

- Las actividades participan en la formación y desarrollo integral de los estudiantes desde la perspectiva de la globalidad educativa y la capacidad de ser autónomo e independiente en un medio no habitual.
- Desarrollo integral de la persona, el estudiante interactúa con el medio que le rodea, se encuentran con experiencias enriquecedoras y nuevas.
- Desarrollo de una gran competencia motriz, sobre todo a los estudiantes que en tierra no la desempeñan de manera eficaz.
- La educación física y las actividades acuáticas pueden actuar de manera conjunta como agente educativo en la asignatura de Educación en Valores, donde la paz, la tolerancia, el respeto, la solidaridad, la cooperación... conduzcan a un buen ambiente de aprendizaje y de trabajo entre los estudiantes.
- Es indispensable la seguridad en el agua en la educación de los estudiantes, por lo que los programas escolares tienen que desarrollar comportamientos acuáticos específicos.
- Es muy importante la motivación por parte del profesorado a los alumnos desde los primeros contactos con el agua.

Según Albarracín y Moreno (2011, p.57) la escuela tiene que ser un agente decisivo en el desarrollo acuático de los alumnos, pero teniendo siempre presente su desarrollo biológico.

- Conseguir una participación activa de la Comunidad Educativa de las escuelas junto con los profesores, familias, estudiantes...
- Crear un programa de enseñanza-aprendizaje de la natación y de las actividades acuáticas común para todo el país.
- Promover una supervisión pedagógica.
- Impulsar una relación entre las escuelas, federaciones de deportes y patronato deportivo.

3.4.2 Los objetivos que propone la natación en la escuela.

Una parte muy importante en la asignatura de Educación Física es el Programa General de Enseñanza de la natación y las actividades acuáticas, según los autores Albarracín y Moreno (2011, p. 57), los objetivos generales que persiguen son:

- Familiarización con el medio acuático durante la etapa escolar.
- Seguir las competencias acuáticas especificadas en el currículum escolar.
- Desarrollo integral del estudiante, teniendo como referencia la asignatura de Educación Física.
- Dominio del medio acuático para la seguridad de todos los participantes.

3.5 Pautas generales en el aprendizaje de las actividades acuáticas.

En el aprendizaje de la natación es importante presentar los ejercicios y las estrategias coherentes a los niños, siempre teniendo en cuenta sus niveles pedagógicos y madurativos. En muchas ocasiones, tanto monitores de natación como nadadores que imparten clases, no tienen una formación pedagógica específica. De este modo, no continúan con los nuevos cánones de pedagogías deportivas, por lo que el resultado de estas clases son muchas explicaciones en las clases prácticas y poco contenido pedagógico.

En el aprendizaje de la natación encontramos infinidad de fases o etapas que establecen sus criterios. A continuación, se va a presentar la estructura que en general se emplea

para el aprendizaje del proceso de la natación, ya que refleja el proceso de enseñanza-aprendizaje de una manera muy sencilla, clara y estructurada. Las etapas que señalan estos autores son las siguientes:

- Etapa 1: aprender a nadar, en la cual encontramos las fases de familiarización, respiración, flotación y propulsión.
- Etapa 2: dominio del medio acuático. Se produce cuando el alumno logra alcanzar cierto grado de independencia en el agua, se desarrollan habilidades básicas acuáticas como son las recepciones, lanzamientos y saltos.
- Etapa 3: iniciación deportiva (natación deportiva, waterpolo, natación sincronizada y saltos). El alumno comienza con un aprendizaje específico de uno o varios deportes, para ello su dominio con el medio acuático tiene que ser el adecuado.

4. DESARROLLO

4.1 Presentación del proyecto.

Este proyecto surgió en el C.E.P Ángel Martínez Baigorri, situado en la localidad de Lodosa (Navarra). Se trata de un Proyecto de Natación Escolar dirigido para el segundo curso de Educación Primaria, cuyo objetivo es que los alumnos dominen el medio acuático desde edades tempranas.

Es un proyecto con carácter educativo, puesto que su intención es que participen todos los alumnos del curso, creando de este modo una igualdad de oportunidades, ya que muchas familias no se pueden permitir el poder de llevar a sus hijos actividades extraescolares como la natación.

Este proyecto se propone desde el área de Educación Física, y a través de éste los estudiantes aprenden las nociones básicas de sus habilidades acuáticas o las refuerzan y mejoran, en el caso de que ya sepan nadar. El objetivo de este proyecto es la formación integral y el desarrollo psicomotor de los estudiantes empleando el agua como un medio más de la clase del área de Educación Física.

La duración de este proyecto es de tres meses, este año se ha puesto en práctica desde el día 1 de febrero del 2018. El día de la semana que los alumnos acuden a la piscina es el jueves, así que todos los jueves a la hora de Educación Física, los alumnos de la clase de 2ºA y de 2ºB, acuden todos juntos a la piscina de su localidad. Los profesores implicados en esta actividad son los tutores correspondientes a cada clase y la profesora de Educación Física.

Los alumnos entran a clase a las 9.00h. de la mañana, todos los jueves tienen que llevar el bañador puesto debajo de la ropa, así como una mochila con todo lo necesario para nadar (toalla, gorro, gafas, chancletas...). Entorno a las 10.15h. de la mañana, los alumnos se preparan para trasladarse a la piscina, la actividad comienza a las 10.30h. Por el camino los alumnos van almorzando, ya que a las 10.40h. es el recreo y ellos están nadando. La duración de la actividad oscila entre los 40-45 minutos, los alumnos entran a nadar a las 10.30h. y salen a las 11.10h.-11.15h. (dependiendo del tiempo que necesiten los monitores). Después, los alumnos acuden a cambiarse de ropa y a prepararse para acudir de nuevo a clase, su llegada oscila entre las 11.50h.-12h. depende

del tiempo que les cueste cambiarse, estar todos preparados y realizar el recorrido hasta el colegio.

En cuanto al número de monitores se requieren tres, debido al gran número de alumnado porque contamos con dos clases. Los monitores según sus criterios dividen a los alumnos en tres grupos diferentes, y cada jueves los alumnos ya conocen el grupo y el monitor que les corresponde. Los monitores pertenecen a la empresa, por lo que ni las familias ni el colegio tiene que remunerarles. Durante la puesta en marcha de las actividades se cuenta también con la ayuda del socorrista de la piscina, por lo que facilita a los monitores la realización de las actividades con los estudiantes.

Por último, en cuanto al recorrido, los alumnos lo realizarán caminando, ya que Lodosa es un pueblo pequeño y cuenta con que el colegio está muy próximo a las piscinas. Por lo que los alumnos formarán una fila con un tutor delante indicando el recorrido, la profesora de Educación Física en medio de la fila y el otro tutor detrás de todos los alumnos.

A continuación, se muestra una imagen con el recorrido que realizan los estudiantes. Se puede apreciar que las piscinas se encuentran a 600 metros del colegio, los alumnos pueden acudir andando a la instalación sin ningún tipo de problema.

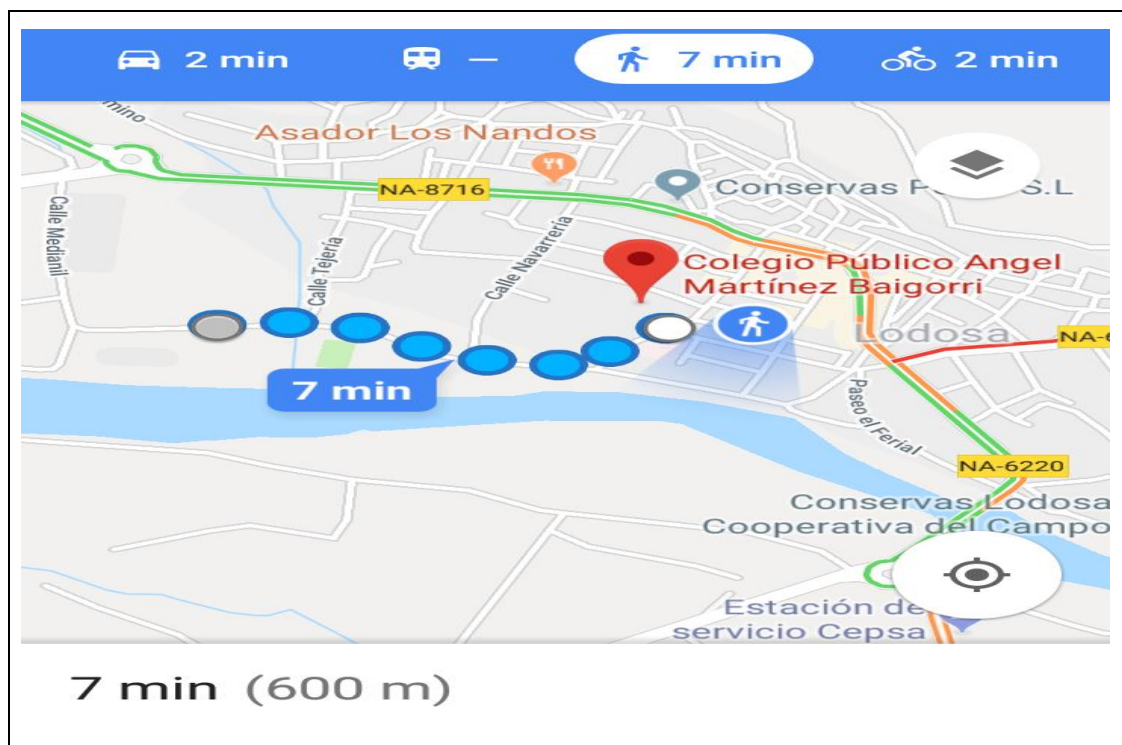


Figura 1. Plano del trayecto del centro educativo a la instalación deportiva.

4.2 Gestión y planificación del proyecto.

La localidad de Lodosa cuenta con una piscina cubierta, por lo que hace más fácil y llevadero desarrollar este tipo de proyectos, los cuales son innovadores para el aprendizaje y la formación del alumnado.

En primer lugar, para llegar a un acuerdo en la creación de este proyecto es necesario realizar una reunión previa del equipo directivo del centro junto con el docente de Educación Física y con el tutor o tutores del curso en el que este destinado este proyecto, en este caso con segundo curso de Educación Primaria.

Una vez concretados todos los papeles y permisos necesarios, el secretario del centro educativo tiene que realizar una reunión con el ayuntamiento, en este caso con el alcalde, para concretar todos los informes necesarios para la puesta en marcha de este proyecto. El tema más importante a tratar es el tema de la subvención, ya que para poder desarrollar este proyecto se requiere una inversión por parte del ayuntamiento.

Cuando el ayuntamiento da el visto bueno a este proyecto y concede parte de la subvención necesaria, el secretario del centro tiene que reflejar la existencia de este proyecto en el Proyecto Educativo de Centro (PEC), ya que en este documento se recogen todos los proyectos que están relacionados con el centro.

Es conveniente realizar una reunión con la APYMA, puesto que esta asociación también subvenciona parte del proyecto. Una vez que contamos con las subvenciones tanto del ayuntamiento como de la APYMA, se lleva a cabo una reunión informativa a los padres del curso donde se va a desarrollar el proyecto, para informarles sobre esta actividad y sobre el precio que se tiene que pagar. Los padres que pertenecen a la APYMA el precio de su actividad es de 5 euros; mientras que los padres que no pertenecen a la asociación el precio de la actividad es de 25 euros.

En dicha reunión, los tutores informarán a los padres sobre la actividad, sobre el material necesario para realizar las actividades y, firmarán una autorización que indica que sus hijos pueden salir del centro educativo en horas lectivas para poder realizar esta actividad.

Un dato muy importante de este apartado es el planteamiento del proyecto a la piscina, ya que la piscina pertenece a una empresa privada llamada *bpxport kirol zerbitzuak s.l.u.* En primer lugar, el colegio se pone en contacto con la piscina y realizan una reunión

con el gerente de la instalación para concretar los precios, los horarios, los niños que acuden a la actividad.

La empresa les da la opción de un alquiler de calles con monitor (la empresa pone sus propios monitores), este alquiler supone el coste de 24,96 más IVA al día. (El IVA el colegio lo desgrava). El colegio paga esta cantidad gracias a la subvención del ayuntamiento de la localidad, ya que el ayuntamiento le da directamente el dinero al centro y éste se lo proporciona a la empresa.

La piscina incluye el acceso de los niños, las clases de natación, los monitores y el material necesario. También les proporciona a los estudiantes su seguro de responsabilidad civil.

El centro educativo proporciona el listado de alumnos al ayuntamiento, de esta manera la empresa decide cuantos monitores contratar, dependiendo del número de estudiantes que encontramos en ese curso.

4.3 Población y contexto del centro

El C.E.P. Ángel Martínez Baigorri está situado en la localidad de Lodosa, se trata de un municipio navarro que se encuentra en la Ribera del Alto Ebro. De acuerdo con el Instituto Nacional de Estadística la población de Lodosa en el año 2017 era de 4730 habitantes.

El Colegio está situado en la calle Centro Parroquial, nº 18, en la zona central de Lodosa. El colegio es un centro docente dependiente del Gobierno de Navarra, que imparte los niveles de Educación Infantil, que va de los 3 a los 5 años, y Educación Primaria, hasta los 12 años.

El colegio cuenta con la totalidad de 218 alumnos matriculados, de los cuales el 61,75% pertenece a alumnos inmigrantes. El centro cuenta con un elevado número de inmigración; estos estudiantes pertenecen a diferentes nacionalidades, pero la nacionalidad dominante es la marroquí.

En los últimos años el centro ha recibido un número elevado de alumnado inmigrante, esto se debe porque los padres acuden a esta localidad en busca de trabajo, ya que

Lodosa cuenta con una gran cantidad de servicios. Este movimiento migratorio, queda reflejado claramente en las aulas escolares.

4.4 Cronograma y temporalización

La duración del proyecto es de tres meses correspondiendo con los meses de febrero, marzo y abril.

El desarrollo de la actividad acuática es de 45 minutos, desde las 10.30 a.m. hasta las 11.15 a.m. Los alumnos acuden a la piscina los jueves de cada semana, comenzando la actividad el día 1 de febrero.

En total contamos con 11 sesiones de natación, ya que los días 29 de marzo y 5 de abril corresponden con la Semana Santa, es festivo y los alumnos no tienen colegio.

Días de febrero	Días de marzo	Días de abril
1, 8, 15, 22	1, 8 15, 22	12, 19, 26

Tabla 1: Periodización de la actividad de natación.

4.5 Objetivos de la iniciativa

Los objetivos específicos de esta iniciativa son los siguientes:

1. Desarrollar las capacidades de los alumnos en el medio acuático como las habilidades acuáticas.
2. Ser capaces de desenvolverse en el medio acuático.
3. Incentivar la confianza en uno mismo.
4. Fomentar normas de respeto hacia los compañeros, los monitores, la instalación y el material.

4.6 Metodología

Este proyecto se basa sobre todo en una metodología constructivista, es decir, es el monitor de natación el que les guía en la adquisición de los aprendizajes,

proporcionándole al alumnado cierta autonomía para poner en práctica las actividades acuáticas. De esta manera, los estudiantes participan activamente en su proceso de enseñanza-aprendizaje, por lo que nos centramos en una metodología activa.

El monitor empleará estilos de enseñanza activos para los estudiantes y fomentará el trabajo grupal e individual. También, utilizará estilos que fomenten la participación como la enseñanza recíproca.

En cuanto a las actividades serán de acciones amplias, cada estudiante adaptará su ejecución a su nivel de habilidad correspondiente. Las actividades serán motivadoras, numerosas y diversas, teniendo un gran número de posibles opciones.

En Educación Física encontramos una gran cantidad de estilos de enseñanza, los estilos que se ha utilizado para las actividades de este proyecto son los siguientes:

- **Asignación de tareas:** este estilo predomina en todas las actividades que se han llevado a cabo con los estudiantes. El monitor determina los ejercicios que tienen que realizar sus alumnos, dice lo que hay que hacer, pero no les marca la intensidad. El profesor motiva a los estudiantes para que realicen las actividades.
- **Libre exploración:** este estilo se emplea de una manera menos precisa en las actividades, ya que el alumno busca experiencias motrices en el material presentado o dispuesto por el profesor. Supone una profunda implicación del alumno en su proceso de enseñanza-aprendizaje.
- **Descubrimiento guiado:** en este método el monitor realiza una pregunta a los alumnos; estos tendrán que llegar a una solución consensuada, y posteriormente desarrollan la actividad.
- **Resolución de problemas:** el monitor plantea una pregunta a sus alumnos, los cuales tendrán que responder de manera múltiple y motriz.

4.7 Materiales empleados en el proyecto

Para poder practicar la natación es importante contar con el material y el equipo necesario.

Los estudiantes que van a desarrollar este proyecto en las instalaciones acuáticas, tienen que llevar el siguiente material obligatorio: gorro, gafas, toalla, bañador y chancletas.

Por otro lado, la piscina se encarga de proporcionar todo el material y el equipo necesario para que los alumnos puedan desarrollar las actividades acuáticas sin ningún tipo de problema. El material es el siguiente:

- Tablas: sirve para que los estudiantes ejerciten las piernas para que mantengan la cabeza y la parte alta del tronco por encima del agua.
- Pull Boys: es un accesorio básico para el aprendizaje de la natación. Se coloca entre las piernas para poder trabajar los brazos. También se puede trabajar la correcta alineación y posición del cuerpo.
- Barras de flotación o churros: se pueden colocar en diferentes partes del cuerpo como por ejemplo entre los brazos, entre las piernas, alrededor del cuello...Se utilizan sobre todo para trabajar la flotación.
- Colchonetas flotantes: su utilización puede ser muy variada, dependiendo del objetivo que el monitor quiere conseguir con este material. Sobre todo se emplea en el ambiente lúdico, se utilizan para la realización de diferentes juegos.


4.8 Programa de actividades

En este apartado vamos a poder ver las sesiones realizadas con los alumnos de Educación Primaria. Para ello, se van a presentar las sesiones llevadas a cabo en forma de tablas que nos muestran los contenidos que se trabajan, los estándares de aprendizaje, las actividades, los materiales, las observaciones metodológicas y las estrategias pedagógicas llevadas a cabo. Por limitaciones de espacio según normativa TFG, el programa de actividades diseñadas se anexa en el anexo 2. A continuación se va a mostrar una tabla ejemplo de la sesión impartida durante la actividad.

A partir de la tercera sesión se van a presentar dos tablas diferentes de la misma sesión, ya que los monitores dividieron al grupo-clase en tres grupos: dos grupos eran los más

avanzados (realizan las mismas actividades en las sesiones) y el grupo menos avanzado (que era el más numeroso y necesita sesiones adaptadas).

Cabe señalar que en el apartado gráficos contamos con las fotos reales de los niños, contando siempre con las autorizaciones necesarias por partes del colegio y de la instalación. Estas autorizaciones las podemos ver en los anexos 3 y 4.

Sesión 1- “Primera toma de contacto”		
Día 1 de febrero		
Edad: 7-8 años	GRUPO POCO AVANZADO	Curso: 2º E.P
<p style="text-align: center;"><u>CONTENIDOS</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Familiarización con el entorno. - Toma de contacto con el medio acuático. - Movimientos del cuerpo en el medio acuático. - Breve iniciación a la respiración. 	<p style="text-align: center;"><u>ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Familiarizar a los estudiantes con el entorno. - Iniciar sus primeros movimientos corporales en el agua. - Observar las habilidades motrices de cada alumno en el medio acuático. 	
Diseño de las actividades		Gráficos
<ol style="list-style-type: none"> 1. <u>Actividad 1.</u> En primer lugar, se realizará con los alumnos una familiarización con el entorno, primera toma de contacto con el agua. Para ello, todos los alumnos se meterán en la piscina poco profunda e introducirán al agua sus partes sensibles (nariz, boca, ojos). 2. <u>Actividad 2.</u> Los estudiantes agarrarán el bordillo de la piscina poco profunda, con los brazos estirados, comenzarán a patear con los pies para salpicar toda el agua que puedan; a su vez tendrán que ir metiendo la cabeza y hacer burbujas con la boca. 3. <u>Actividad 3.</u> Los alumnos se sentarán en el bordillo de la piscina poco profunda y se les irá llamando uno a uno; de esta manera demostrarán a los monitores sus habilidades y destrezas 		

<p>en el agua. Para ello, realizará un pequeño recorrido donde demostrarán sus habilidades acuáticas.</p> <p>4. <u>Actividad 4.</u> Los monitores dividirán a los alumnos en los grupos necesarios para las siguientes sesiones.</p>	
<p style="text-align: center;">Material empleado</p> <p>En esta sesión no se utiliza ningún tipo de material.</p>	<p style="text-align: center;">Observaciones metodológicas y estrategias pedagógicas</p> <p>La metodología que se ha empleado es la asignación de tareas. Los monitores dicen a sus alumnos las actividades que tienen que realizar y ellos las ponen en práctica de la mejor manera posible. De esta manera, se percatan de las habilidades que los estudiantes muestran en el medio acuático.</p> <p>Durante la realización de los ejercicios propuestos, he podido observar que la mayoría de los estudiantes no se atrevían a meter la cabeza debajo del agua.</p> <p>Los grupos formados han sido los siguientes: el primer grupo son los alumnos que apenas muestran destrezas acuáticas (es muy numeroso), y los otros dos grupos, son los alumnos que muestran cierta habilidad y no temen en meter la cabeza dentro del agua.</p>

Tabla 2: Ejemplo de las actividades planteadas en la primera sesión.

4.9 Observaciones metodológicas y estrategias pedagógicas

Durante la puesta en marcha de este proyecto se ha podido observar diferentes comportamientos de los alumnos conforme realizaban las actividades. Desde el primer día, casi todos los alumnos mostraban cierto temor al agua, muchos de ellos nunca habían estado en una piscina, por lo que el monitor debía pensar y llevar a cabo ciertas estrategias pedagógicas para conseguir que los estudiantes desarrollaran ciertas habilidades y destrezas acuáticas.

El primer día se dividió la clase en tres grupos: dos grupos eran los “avanzados” no tenían tanto temor al agua y mostraban ciertas habilidades acuáticas; por otro lado, tenemos al grupo de los “menos avanzados” no se atrevían a meterse a la piscina, sus habilidades en el medio acuático eran nulas.

Los alumnos del grupo “avanzado”, en general, lograron cumplir las expectativas de los monitores, al principio muchos de ellos no sabían casi nadar sin ayuda, tampoco conocían las técnicas de natación, no sabían respirar, no se atrevían a tirarse al agua por ellos mismos...pero no tenían miedo al agua; por lo que poco a poco y explicándoles todo de manera muy sencilla e incluso metiéndose el monitor en el agua con ellos, consiguieron cumplir los objetivos propuestos. Es decir, consiguieron nadar sin ningún tipo de ayuda, dominaron la respiración y aprendieron a tirarse de cabeza (esto aún les queda mejorar).

En cuanto al grupo “menos avanzado” desde el primer momento presentaba grandes dificultades para poder trabajar con ellos, ya que no se atrevían a meter la cabeza dentro del agua. Al comienzo de las sesiones tenían mucho miedo, y muchos de ellos lloraban, con el paso de las sesiones iban venciendo ese miedo, pero, aun así, se ha finalizado el proyecto y no han vencido ese miedo. En la mayoría de las sesiones, el monitor se metía con ellos al agua para transmitirles confianza y realizar el ejercicio conjunto, pero aun así se mostraban muy desconfiados y hacían todo lo posible para evitar desarrollar la actividad. El aprendizaje de las actividades era muy lento, puesto que el monitor tenía que ir con ellos enseñándoles de uno en uno, y el grupo era muy numeroso, por lo que tardaban mucho en desarrollar una sola actividad. En general, este grupo no ha conseguido aprender a nadar, sí que algún alumno finalizó el proyecto dominando la respiración y la patada de crol, pero no se consiguió que se quitaran el chorro y que

nadarán de manera autónoma como el otro grupo. Los objetivos de este grupo, se cumplieron a medias, ya que alguna propuesta se cumplió, pero la mayoría fue imposible poder ponerla en marcha.

El grupo “menos avanzado” no consiguió realizar un largo completo en la piscina; pero con el grupo “avanzado” se siguió la estrategia de nadar medio largo (12,5 metros), de esta manera se mostraban menos cansados a la hora de poner en práctica los ejercicios planteados, por lo que se mostraban motivados para poder desempeñar todas las actividades propuestas. También, con ambos grupos se empleaba mucho material, sobre todo en los últimos minutos de la clase, el monitor les entregaba balones o colchonetas; y se les dejaban entre cinco y diez minutos libres en la piscina poco profunda, de esta manera jugaban con el material de manera libre, y sin ser conscientes ponían en práctica todas las habilidades adquiridas durante la clase, el monitor en todo momento vigilaba a sus alumnos.

Uno de los grandes inconvenientes que tuvieron los monitores, fue el gran absentismo escolar que tenían los estudiantes. Un alumno podía venir una sesión, y en las siguientes no acudía a clase, por lo que todo el aprendizaje que había adquirido durante la primera sesión desaparecía, ya que no podía poner en práctica lo aprendido en la sesión anterior. Cabe señalar, que hacia la mitad del proyecto los alumnos comenzaron acudir a la piscina de manera más regular, tal vez porque a los alumnos les motivaba este tipo de actividad, y querían acudir a clase porque sabían que ese día iban a ir a la piscina.

4.10 Evaluación del proyecto

Como en cualquier proceso de enseñanza-aprendizaje, la evaluación en este proyecto es sistematizada y continua. La evaluación va a depender de los monitores de la instalación, ya que son estos quienes imparten las clases a los alumnos y se percatan de los progresos, avances y dificultades que presentan todos y cada uno de los estudiantes.

Los monitores se ayudan de una serie de instrumentos de evaluación para evaluar las actividades que desarrollan sus alumnos. En primer lugar, emplean el proceso de observación, el monitor se ayuda de una ficha diaria en la que anota todo lo que cree oportuno al finalizar cada sesión.

Escala de observación individual		
Datos informativos Nombre: Edad: Fecha: 		
Rasgos a observar:	SI	NO
El alumno muestra una actitud de interés hacia la actividad.		
El alumno muestra buen comportamiento durante el transcurso de la actividad.		
El alumno colabora con las actividades desarrolladas.		
El alumno respeta a sus compañeros en las actividades.		
El alumno obedece al monitor.		
El alumno lleva a la instalación el material necesario.		
El alumno se muestra motivado y participa en las actividades planteadas.		
El alumno va progresando con respecto a la sesión pasada.		
El alumno muestra las mismas dificultades que en la sesión anterior.		
OTRAS OBSERVACIONES A TENER EN CUENTA 		

Tabla 3: Ficha de observación diaria.

Al finalizar todas las sesiones, los monitores van a realizar un informe individual de cada estudiante, en dicho informe van a tener en cuenta los objetivos planteados para este proyecto (los podemos ver en el apartado *objetivos de la iniciativa*). Para ello, van a completar una rúbrica, la cual va del 1 al 10, siendo el 1 la puntuación más baja y el 10 la puntuación más alta. En esta rúbrica de evaluación (anexo 5) podemos ver cómo están desglosados los objetivos planteados, ya que cada uno de estos objetivos hace referencia a una cualidad específica de los alumnos a tener en cuenta. Este informe va a ser entregado tanto a los tutores como al profesor de Educación Física, para que lo tengan en cuenta a la hora de llevar a cabo la evaluación general de los estudiantes.

Por último, los monitores les darán un pequeño obsequio a los estudiantes, será un gorro de piscina que servirá también como instrumento de evaluación; ya que cada gorro pertenece a un nivel acuático dependiendo de las características que presenta cada uno. De esta manera, serán los monitores los que deciden que gorro pertenece a cada alumno, ya que cuentan con una ficha de evaluación (anexo 6), en la cual aparece la fotografía de cada gorro junto con los objetivos que tienen que cumplir cada alumno para conseguir un gorro u otro. Además, esta ficha será individual para cada estudiante e irá acompañada de las demás fichas de evaluación; todas estas fichas serán entregadas al profesor de Educación Física para que pueda evaluar a sus alumnos.

5. CONCLUSIONES

El proyecto realizado con los alumnos de segundo curso de Educación Primaria, ha tenido un gran éxito, ya que con el paso de las sesiones, los alumnos venían cada vez más contentos y motivados a la instalación, debido a la confianza y seguridad que iban adquiriendo con el medio acuático.

La puesta en marcha de este proyecto ha resultado un tanto complicada, ya que muchos de los objetivos previstos no se han cumplido debido a varios factores que voy a exponer a continuación. En primer lugar, la localidad de Lodosa cuenta con un gran número de población inmigrante, por lo que este fenómeno se ve reflejado en las aulas del centro educativo. Muchos de estos alumnos inmigrantes nunca habían visto una piscina, así que la mayoría no sabían nadar; en este proyecto contábamos con 30 estudiantes de los cuales 19 pertenecen a la población inmigrante, una minoría de estudiantes mostraban ciertas destrezas acuáticas.

El primer día de natación, los monitores se percataron de las diferencias entre las habilidades acuáticas que mostraban los estudiantes, por lo que decidieron realizar una prueba y dividirlos en grupos, el grupo avanzado y el grupo menos avanzado.

En cuanto a los objetivos planteados, el nivel de consecución que se ha dado en este proyecto ha sido de un 50%, puesto que la mayoría de los estudiantes no mostraban ningún tipo de habilidad ni de destreza en el medio acuático.

El primer objetivo planteado, *desarrollar las capacidades de los alumnos en el medio acuático como las habilidades acuáticas*, se ha conseguido a medias; ya que el grupo avanzado sí que ha conseguido desarrollar ciertas capacidades acuáticas como la respiración, la flotación, el buceo, el dominio de los estilos de crol y de espalda completos. Por lo contrario, el grupo menos avanzado no ha cumplido este objetivo, ya que no han conseguido superar el miedo a la piscina, ni dominar la respiración y no saben nadar sin ningún tipo de apoyo.

En cuanto al segundo objetivo, *ser capaces de desenvolverse en el medio acuático*, ha ocurrido lo mismo que con el primer objetivo; el grupo avanzado si ha logrado cumplirlo, pero el otro grupo no; puesto que no han conseguido adquirir las destrezas y habilidades acuáticas necesarias para poder nadar de manera autónoma en la piscina profunda.

El tercer objetivo, *incentivar la confianza en uno mismo*, el grupo avanzado si lo consiguió, al principio sí que se mostraban temerosos con la piscina profunda, pero con el transcurso de las sesiones todos los estudiantes confiaron en sus habilidades y capacidades, y desempeñaron las actividades sin ningún tipo de problema. Todo lo contrario sucedió con el grupo menos avanzado, ya que el miedo se apoderaba de ellos, y no conseguían realizar las actividades.

Con respecto al último objetivo, *fomentar normas de respeto hacia los compañeros, los monitores, la instalación y el material*, es el único objetivo que han cumplido ambos grupos; ya que en todo momento los estudiantes mostraban buena actitud ante la instalación y monitores.

En cuanto a las actividades realizadas con ambos grupos, se puede apreciar que son actividades muy simples, repetitivas y sencillas, ya que con el grupo poco avanzado no se podía innovar en muchos aspectos debido al gran desconocimiento y al miedo que mostraban. En cuanto al otro grupo, con el paso de las sesiones, las actividades han ido aumentando el nivel de dificultad, y los alumnos han conseguido nadar a los estilos de crol y espalda sin ningún apoyo, al igual que tirarse de cabeza, aunque este último se puede mejorar.

El grupo avanzado de los estudiantes, adquirieron las habilidades y destrezas necesarias para poder dominar el medio acuático, pero tal vez los tres meses de duración del proyecto sea un periodo de tiempo muy escaso para que los alumnos logren completar la adquisición de las destrezas acuáticas necesarias. Sería conveniente que la duración de este proyecto fuera de todo el curso escolar, comenzar desde el mes de septiembre y finalizarlo en el mes de junio, tal vez dándoles más tiempo hubieran dominado mejor las habilidades en el medio acuático.

Me llamo en gran medida la atención la cantidad de niños que apenas sabían nadar, o que solamente buceaban, ya que cuando yo era pequeña la mayoría de los niños íbamos en los meses de verano a los típicos cursos de natación para poder desarrollar las habilidades acuáticas necesarias.

Por lo que se ve, hoy en día los padres tienen otras prioridades para sus hijos, que inculcarles el hábito saludable del deporte o tal vez no disponen de los medios económicos suficientes para poder pagar las clases de natación a sus hijos, ya que

practicar este tipo de deporte en Lodosa por ejemplo, supone el tener que pagar un carné de piscina junto con un curso de natación, que son excesivamente caros.

Es necesario que desde los centros educativos se planteen esta problemática y pongan algún tipo de solución. Con mi Trabajo pretendo concienciar a los centros educativos para que implanten en otros cursos de Educación Primaria este tipo de actividades, ya que supone un gasto mínimo, puesto que disfrutan de varias subvenciones por parte del ayuntamiento y de las APYMAS. Este tipo de proyectos tienen que seguir evolucionando con el paso del tiempo, ya que son innovadores y los alumnos no solo adquieren habilidades y destrezas acuáticas, sino que también aprenden a tener respeto, a ser responsables, constantes, ayudar y apoyar a sus compañeros...

Es necesario concienciar a los padres para que sus hijos realicen cursos de iniciación deportiva, para ello, desde los propios centros educativos el profesor de Educación Física puede impartir charlas sobre la importancia de la natación educativa, los beneficios que tiene sobre los niños en edades tempranas, la prevención de enfermedades que presenta (reflejado todo en este trabajo)

6. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Albarracín y Moreno Murcia. (2017). Natación en la escuela. Hacia una alfabetización acuática. *Revista de investigación en actividades acuáticas*, 2, 54-67.
- Cancela, J.M. y Ramírez, E. (2003). *La iniciación deportiva: la natación*. Sevilla: Wanceulen editorial deportiva.
- DECRETO FORAL 60/2014, de 16 de julio, por el que se establece el currículo de las enseñanzas de Educación Primaria en la Comunidad Foral de Navarra.
- Gil, C. (2015). Sobre mitos de la natación competitiva y la natación educativa: una mirada histórica y cultural desde Elías Juncosa. *Materiales para la Historia del Deporte*, 13, 78-93.
- Giménez, J. (2009). *Natación educativa. Enseñanza práctica*. Síntesis.
- Ley Orgánica 1/1990 de 3 de octubre, de ordenación general del sistema educativo (LOGSE).
- Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de educación (LOE).
- Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la mejora de la calidad educativa (LOMCE).
- Marrodán Malo, J. (2011). *Proyecto Educativo de Centro*.
- Saavedra, J.M. y Escalante, Y. (2003). La evolución de la natación. *Efdeportes*, 66.
- Torrebadella, X. (2015). Antecedentes históricos del arte de nadar en España (siglo xvi-1807). *Ágora para la Educación Física y el deporte*, 17(2), 182-201.
- Vaca, M.J. (2015). *La integración de las actividades motrices acuáticas en la educación física escolar*. Palencia: Patronato municipal de deportes, ayuntamiento de Palencia.
- Vaca, M.J. (2003). *Aprender a nadar en la escuela: descripciones y reflexiones en torno a una experiencia*. Barcelona: Paidotribo.

7. WEBGRAFÍA

Educación y gestión. (2011). *La importancia de la natación educativa*. Recuperado el 15 de noviembre 2017, de: <https://educacionygestion.com/la-importancia-la-natacion-educativa/>

Hernández, A. (2011). *Accesorios de natación II: Material educativo y de entrenamiento*. Recuperado el 8 de marzo 2018, de: <http://www.i-natacion.com/articulos/equipacion/equipacion2.html>

Martínez, R. (2015). *Natación educativa: una propuesta diferente de la enseñanza de la natación*. Recuperado el 7 de febrero 2018, de: <https://rbstrainer.wordpress.com/2015/09/16/natacion-educativa-una-propuesta-diferente-de-la-ensenanza-de-natacion/>

Nari, G. (2013). *Beneficios de la natación en los niños*. Recuperado el 22 de febrero 2018, de: <http://suhijo.com/2013/05/beneficios-de-la-natacion-en-los-ninos/>

Sánchez, P. (2014). *Competencias clave en Educación Física*. Recuperado el 7 de febrero 2018, de: <https://mundoentrenamiento.com/competencias-clave-en-educacion-fisica/>

Anexo 1: Decreto Foral de Navarra en
Educación Primaria

Marco Legal Vigente	Etapa	BLOQUE I: Habilidades perceptivo motrices			
		Curso	Contenidos	Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje
Decreto foral 60/2014, de 16 de julio, del currículo de las enseñanzas de Educación Primaria en la Comunidad Foral de Navarra.	PRIMARIA	1º Primaria	Esquema corporal. Partes del cuerpo y su intervención en el movimiento.	4. Adoptar hábitos básicos de higiene corporal, relacionados con la actividad física y la salud.	
			Toma de conciencia del propio cuerpo en relación con la tensión y relajación.	5. Identificar y respetar las normas, de juegos y actividades, así como sobre el uso de los materiales y los espacios, relacionándolas con la seguridad y la salud.	
			Nociones asociadas a relaciones espaciales, como dentro-fuera; encima-debajo; delante-detrás; cerca-lejos.		
		2º Primaria	Exploración y toma de conciencia de las vías, tipos y fases de la respiración.	4. Mejorar los parámetros generales de la condición física desde la perspectiva de salud, a través de la práctica necesaria para el desarrollo de las habilidades motrices.	4.2. Apreciar la mejora de su condición física a través de la práctica continuada de ejercicio.
		3º Primaria			
		4º Primaria	Aplicación del control tónico y de la respiración a la relajación corporal y control motor.		


		5° Primaria			
		6° Primaria			

Marco Legal Vigente	Etapa		BLOQUE II: Habilidades motrices básicas		
		Curso	Contenidos	Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje
Decreto foral 60/2014, de 16 de julio, del currículo de las enseñanzas de Educación Primaria en la Comunidad Foral de Navarra.	PRIMARIA	1º Primaria	Identificación de formas y posibilidades de movimiento. Experimentación de diferentes formas de la ejecución de desplazamientos, saltos, giros, equilibrios y manejo de objetos.		
		2º Primaria			
		3º Primaria	Situaciones estables. Control motor y dominio corporal.		
		4º Primaria	Conocimiento de actividades en espacios no habituales, valorando el medio natural: marchas en entornos próximos, juegos de orientación, piscina, nieve, etc.		
		5º Primaria			
		6º Primaria			


Marco Legal Vigente	Etapas		BLOQUE III: Actividades físicas artístico expresivas		
		Curso	Contenidos	Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje
Decreto foral 60/2014, de 16 de julio, del currículo de las enseñanzas de Educación Primaria en la Comunidad Foral de Navarra.	PRIMARIA	1º Primaria			
		2º Primaria			
		3º Primaria			
		4º Primaria			
		5º Primaria			
		6º Primaria			

Marco Legal Vigente	Etapas		BLOQUE IV: Actividad física y salud		
		Curso	Contenidos	Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje
Decreto foral 60/2014, de 16 de julio, del currículo de las enseñanzas de Educación Primaria en la Comunidad Foral de Navarra.	PRIMARIA	1º Primaria	Adquisición de hábitos básicos de higiene corporal, alimentarios y posturales relacionados con la actividad física.		
			Respeto de las normas de uso de materiales y espacios en la práctica de actividad física.		
		2º Primaria			
		3º Primaria	Estrategias de mejora global de la condición física, resistencia cardiovascular. Seguridad en la propia práctica de la actividad física. Calentamiento, dosificación del esfuerzo y relajación.		
		4º Primaria			
		5º			


		Primaria			
		6° Primaria	Mejora de las capacidades físicas orientadas a la salud: resistencia cardiovascular, flexibilidad y fuerza-resistencia.	5. Reconocer los efectos del ejercicio físico, la higiene, la alimentación y los hábitos posturales sobre la salud y el bienestar, manifestando una actitud responsable hacia uno mismo.	5.3. Identifica los efectos beneficiosos del ejercicio físico para la salud.
			Medidas de seguridad en la práctica de la actividad física, con relación al entorno.	6. Regular y dosificar la intensidad y duración del esfuerzo, teniendo en cuenta sus posibilidades para mejorar el nivel de sus capacidades físicas.	6.4. Identifica su nivel comparando los resultados obtenidos en pruebas de valoración de las capacidades físicas y coordinativas con los valores correspondientes a su edad.
			Uso correcto de materiales y espacios. Valoración de la actividad física para el mantenimiento y la mejora de la salud.		

Anexo 2. Sesión 1- “Primera toma de contacto”	
Día 1 de febrero	
Edad: 7-8 años	Curso: 2° Educación Primaria
<u>CONTENIDOS</u>	<u>ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE</u>
<ul style="list-style-type: none"> - Familiarización con el entorno. - Toma de contacto con el medio acuático. - Movimientos del cuerpo en el medio acuático. - Toma de contacto de las zonas sensibles de la cara con el agua. - Breve iniciación a la respiración. 	<ul style="list-style-type: none"> - Familiarizar a los estudiantes con el entorno. - Iniciar los primeros movimientos corporales en el agua. - Observar las habilidades motrices de cada alumno en el medio acuático.
Diseño de las actividades	Gráficos
<ol style="list-style-type: none"> 1. <u>Actividad 1.</u> En primer lugar, se realizará con los alumnos una familiarización con el entorno, primera toma de contacto con el agua. Para ello, todos los alumnos se meterán en la piscina poco profunda, e introducirán al agua sus partes sensibles (nariz, boca, ojos). 2. <u>Actividad 2.</u> Todos los estudiantes agarrarán el bordillo de la piscina poco profunda, con los brazos estirados, comenzarán a patallar con los pies para salpicar toda el agua que puedan; a su vez tendrán que ir metiendo la cabeza y hacer burbujas con la boca (respiración). 3. <u>Actividad 3.</u> Los alumnos se sentarán en el bordillo de la 	

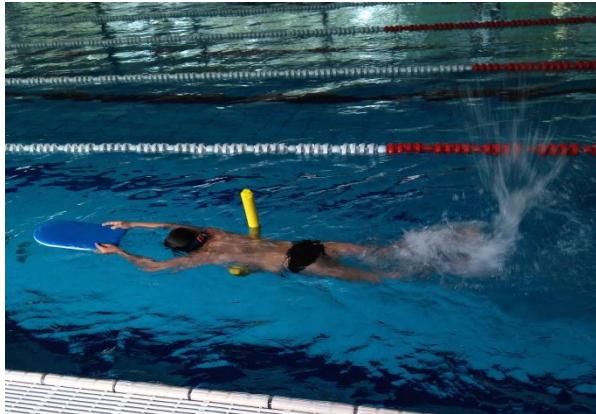
<p>piscina poco profunda y se les irá llamando uno a uno; de esta manera demostrarán a los monitores sus habilidades y destrezas en el agua. Para ello realizarán un pequeño recorrido donde demostrarán sus habilidades acuáticas.</p> <p>4. <u>Actividad 4.</u> Los monitores dividirán a los alumnos en los grupos necesarios para las siguientes sesiones.</p>	
<p style="text-align: center;">Material empleado</p> <p>En esta sesión no se utiliza ningún tipo de material.</p>	<p style="text-align: center;">Observaciones metodológicas y estrategias pedagógicas</p> <p>La metodología que se ha empleado es la asignación de tareas. Los monitores les dicen a los alumnos las actividades que tienen que realizar y ellos las ponen en práctica de la mejor manera posible. De esta manera, se percatan de las habilidades que los estudiantes muestran en el medio acuático.</p> <p>Durante la realización de los ejercicios propuestos, he podido observar que la mayoría de los estudiantes no se atrevían a meter la cabeza debajo del agua.</p> <p>Los grupos formados han sido los siguientes: el primer grupo son los alumnos que apenas muestran destrezas acuáticas (es muy numeroso), y los otros dos grupos, son los alumnos que muestran cierta habilidad y no temen en meter la cabeza dentro del agua.</p>

Sesión 2- “Familiarización con el agua”	
Día 8 de febrero	
Edad: 7-8 años	Curso: 2º Educación Primaria
<u>CONTENIDOS</u>	<u>ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE</u>
<ul style="list-style-type: none"> - Familiarización con el medio acuático. - Toma de contacto de las partes sensibles de la cara con el agua. - Iniciación a la respiración. - Primera toma de contacto con la piscina profunda. 	<ul style="list-style-type: none"> - Introducir la cabeza entera en la piscina poco profunda. - Iniciar la respiración dentro del medio acuático. - Superar el miedo a la piscina profunda.
Diseño de las actividades	Gráficos
<ol style="list-style-type: none"> 1. <u>Actividad 1.</u> En la piscina poco profunda, los alumnos introducirán la cabeza dentro del agua, toma de contacto de las partes sensibles (nariz, boca, ojos) con el agua. 2. <u>Actividad 2.</u> Todos los estudiantes tendrán que meter la cabeza dentro del agua y hacer burbujas (practicar la respiración). Para ello, se les explicará que tienen que coger aire por la boca muy fuerte, y después cuando introduzcan la cabeza dentro del agua echarlo por la nariz. 3. <u>Actividad 3.</u> Los alumnos de los dos grupos más adelantados, pasarán a la piscina profunda. Primero se familiarizarán con ella, y después practicarán de nuevo la respiración. 	


Material empleado	Observaciones metodológicas y estrategias pedagógicas
<p>En esta sesión hemos empleado las barras de goma o churros.</p>	<p>La metodología que se ha llevado a cabo en esta sesión ha sido la asignación de tareas. Los monitores les dicen a los alumnos la actividad, en este caso, la introducción de toda la cabeza en el agua y los alumnos tienen que desarrollarla.</p> <p>Durante la realización de los ejercicios, los alumnos que si se atrevían a introducir la cabeza en la piscina poco profunda (pertenecían sobre todo a los grupos adelantados) se les ha llevado a la piscina profunda para que realizasen la misma actividad. Hay que señalar que la mayoría de ellos apenas se atrevían a meterse a la piscina profunda, sentían miedo aun llevando la barra elástica. Al final, el monitor ha logrado que se metieran todos, pero muchos seguían sin atreverse a meter la cabeza dentro del agua.</p> <p>En cuanto al grupo poco avanzado, se han quedado en la piscina poco profunda para seguir practicando la respiración. Muchos de estos niños todavía no se atreven a introducir la cabeza dentro del agua, tan solo meten los labios y soplan dentro del agua.</p>

Sesión 3- “Familiarización con el agua”		
Día 15 de febrero		
Edad: 7-8 años	GRUPO POCO AVANZADO	Curso: 2º E.P
<p style="text-align: center;"><u>CONTENIDOS</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Familiarización con el entorno. - Experimentar en el medio acuático. - Iniciación a la flotación boca arriba. - Continuamos con la respiración. 	<p style="text-align: center;"><u>ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Ser capaces de flotar boca arriba sin ningún tipo de apoyo. - Introducir toda la cabeza en la piscina poco profunda. - Dominar la respiración en el medio acuático. 	
Diseño de las actividades	Gráficos	
<p>1. <u>Actividad 1.</u> Seguimos con la familiarización del entorno, cada alumno contará con un churro que se situará alrededor de la cintura. El monitor les dará unos minutos libres, de esta manera podrá observar que hacen los alumnos en el medio acuático. Esto se llevará a cabo en la piscina poco profunda.</p> <p>2. <u>Actividad 2.</u> Trabajaremos la flotación. En primer lugar, vamos a trabajar la flotación boca arriba con la ayuda del profesor. En segundo lugar, vamos a trabajar la flotación boca arriba con la ayuda del churro. Y por último, vamos a trabajar la flotación</p>		


<p>sin ningún tipo de ayuda, ni del monitor ni del churro.</p> <p>3. <u>Actividad 3</u>. Seguimos con la respiración, los alumnos seguirán metiendo la cabeza debajo del agua para tratar de hacer burbujas. Volveremos a recordar como se hacía, coger aire por la boca y se echa por la nariz.</p>	
<p style="text-align: center;">Material empleado</p> <p>En esta sesión se han empleado los churros, ya que sirven de flotador para los alumnos, pero les proporciona la movilidad necesaria.</p>	<p style="text-align: center;">Observaciones metodológicas y estrategias pedagógicas</p> <p>Se ha llevado a cabo la metodología de libre exploración. Ya que los alumnos contaban con su churro y eran libres para realizar las actividades que quisieran en el medio acuático. En las demás actividades seguimos con la asignación de tareas, el profesor les dice la actividad y los alumnos la llevan a cabo.</p> <p>Esta sesión se centra con el tema de flotación, al principio los alumnos se mostraban un tanto asustados, y más cuando se les quitaba el churro, pero gracias a la confianza transmitida por parte del monitor la mayoría de los alumnos se consiguieron relajar y desarrollar el ejercicio de manera eficaz. También seguimos trabajando la respiración, ya que muchos de ellos todavía no entienden el concepto de meter toda la cabeza dentro del agua y expulsar el aire por la nariz.</p>

Sesión 3- “Familiarización con el agua”		
Día 15 de febrero		
Edad: 7-8 años	GRUPO AVANZADO	Curso: 2º E.P
<u>CONTENIDOS</u>	<u>ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE</u>	
<ul style="list-style-type: none"> - Familiarización con la piscina profunda. - Seguimos con la práctica de la respiración. - Iniciación a la patada de crol. - Desplazamientos con y sin ayuda. - Iniciación a los saltos con y sin ayuda. 	<ul style="list-style-type: none"> - Dominar la respiración. - Conocer la patada de crol. - Poder desplazarse con y sin ayuda del monitor. - Ser capaz de saltar a la piscina profunda sin ayuda. 	
Diseño de las actividades	Gráficos	
<ol style="list-style-type: none"> 1. <u>Actividad 1.</u> En esta actividad se trabajará la respiración junto con los desplazamientos. Para ello, cogeremos una tabla y un churro, la tabla la colocaremos en las manos con los brazos estirados; y el churro lo situaremos en la cintura. Mientras le damos a los pies, meteremos la cabeza para trabajar la respiración. De esta manera trabajamos los pies de crol junto a la respiración. 2. <u>Actividad 2.</u> Vamos a trabajar el salto a la piscina con ayuda. Nos tiraremos de manera libre desde el bordillo con el churro. 		


<p>3. <u>Actividad 3</u>. Vamos a desplazarnos sin ningún tipo de ayuda; el recorrido va a ser muy breve desde el bordillo hasta la escalera (3 metros) En este ejercicio también practicaremos la respiración.</p>	
<p style="text-align: center;">Material empleado</p> <p>Para la realización de estas actividades se necesitan tablas y churros.</p>	<p style="text-align: center;">Observaciones metodológicas y estrategias pedagógicas</p> <p>La metodología empleada en estas actividades es la asignación de tareas, ya que en todo momento el profesor dice las actividades que los alumnos tienen que desarrollar.</p> <p>Comenzamos con la iniciación al estilo crol, en esta sesión los alumnos trabajan la patada de crol, pero siempre con apoyo del churro y de la tabla.</p> <p>En cuanto al ejercicio del salto libre, la mayoría de los alumnos se mostraban un tanto miedosos al tirarse al agua (eso que tenían el churro), muchos se tiraban y se agarraban corriendo al bordillo; todavía no tienen confianza con el medio acuático.</p> <p>La actividad 3, tan solo la han llevado a cabo tres alumnos, los demás no mostraban las habilidades suficientes como para nadar de manera autónoma tres metros sin ningún tipo de ayuda o apoyo.</p>

Sesión 4- “Familiarización con el agua”		
Día 22 de febrero		
Edad: 7-8 años	GRUPO POCO AVANZADO	Curso: 2º E.P
<p style="text-align: center;"><u>CONTENIDOS</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Toma de contacto con la piscina profunda. - Movimiento de los pies en la piscina profunda. - Desplazamientos con ayuda en la piscina poco profunda - Seguimos con la respiración. 	<p style="text-align: center;"><u>ESTÁDARES DE APRENDIZAJE</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Ser capaces de mover los pies en la piscina profunda. - Desplazarse por la piscina con ayuda sin mostrar temor por el medio acuático. - Dominar la respiración. 	
Diseño de las actividades	Gráficos	
<p>1. <u>Actividad 1.</u> Familiarización y primera toma de contacto con la piscina profunda. Con el churro alrededor de la cintura, nos meteremos a la piscina de manera autónoma. Agarrados con las manos al bordillo y estirando los brazos, daremos patadas en el agua para salpicar al mismo tiempo que metemos la cabeza para hacer burbujas. Después, tendremos que salir solos del agua. Una vez fuera tendremos que tirarnos al agua y realizar un breve desplazamiento desde el bordillo hasta la escalera (3 metros) con la ayuda del churro y del monitor.</p> <p>2. <u>Actividad 2.</u> En la piscina poco profunda, con el churro alrededor de la cintura realizaremos desplazamientos desde un extremo hasta el otro de la piscina. Conforme nos desplazamos,</p>		


tendremos que meter la cabeza para hacer las burbujas y trabajar la respiración.	
<p style="text-align: center;">Material empleado</p> <p>El material que hemos empleado en esta sesión son los churros.</p>	<p style="text-align: center;">Observaciones metodológicas y estrategias pedagógicas</p> <p>En esta sesión muchos de los alumnos han llorado y chillado porque no querían meterse a la piscina profunda, al final el monitor consiguió que se metieran. En la actividad uno, que consiste en meterse y salirse de la piscina de manera autónoma, muchos de los estudiantes no sabían cómo meterse, no encontraban la postura para poder hacerlo.</p> <p>En cuanto a tirarse a la piscina profunda, esta actividad tan solo la han realizado dos alumnos y se ha creído oportuno cambiarles de grupo, puesto que desarrollaban la mayoría de las actividades de las sesiones anteriores sin ningún tipo de problema.</p> <p>El principal inconveniente del grupo poco adelantado es que las actividades se realizan de uno en uno, desde que la lleva a cabo el primero hasta que la realiza el último se pierde mucho tiempo, porque solo contamos con un monitor y el grupo es muy numeroso.</p> <p>En esta sesión los estudiantes todavía no logran dominar la respiración.</p>

Sesión 4- “Iniciación al estilo crol”		
Día 22 de febrero		
Edad: 7-8 años	GRUPO AVANZADO	Curso: 2° E.P
<p style="text-align: center;"><u>CONTENIDOS</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Iniciación al estilo crol con ayuda. - Técnica de pies y brazos de crol con ayuda. - Seguimos con la respiración. - Realización de saltos con material. 	<p style="text-align: center;"><u>ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Dominar la respiración en el medio acuático. - Ser capaz de saltar con o sin ayuda a la piscina. - Aprender el nuevo estilo, el crol. 	
Diseño de las actividades	Gráficos	
<ol style="list-style-type: none"> 1. <u>Actividad 1.</u> Breve iniciación al estilo crol con ayuda. El monitor explicará la técnica de los brazos de crol, y con ayuda de la tabla y del churro lo pondrán en práctica. A su vez, conforme nadan a crol, tendrán en cuenta la respiración. 2. <u>Actividad 2.</u> Con ayuda de la tabla trabajaremos solo los pies de crol, también tendremos en cuenta la respiración, meterán y sacarán la cabeza las veces que sea necesario. 3. <u>Actividad 3.</u> Pondremos en práctica lo aprendido, nadarán medio largo (12,5 metros) a crol sin ningún tipo de ayuda o de apoyo. 		


<p>4. <u>Actividad 4</u>. Continuaremos con los saltos. Saltaremos con la tabla, y realizaremos medio largo trabajando los pies de crol.</p>	
<p style="text-align: center;">Material empleado</p> <p>Los materiales necesarios para esta sesión son el churro y la tabla.</p>	<p style="text-align: center;">Observaciones metodológicas y estrategias pedagógicas</p> <p>En esta sesión seguimos con la metodología de la asignación de tareas.</p> <p>El grupo avanzado más o menos domina la respiración, siempre se puede mejorar, pero no tienen ningún problema en meter las partes sensibles de la cara dentro del agua.</p> <p>En cuanto a la nueva técnica de los brazos de crol, no saben ponerla en práctica, y mucho menos mover los brazos y respirar al mismo tiempo; no muestran ningún tipo de habilidad, porque no saben cuándo tienen que sacar la cabeza y el movimiento de brazos lo desempeñan muy rápido.</p> <p>Los alumnos no realizan un largo entero, sino que nadan 12,5 metros, es decir, la mitad de un largo y en ocasiones, se les hace largo y pesado.</p>

Sesión 5- “Iniciación patada de crol”		
Día 1 de marzo		
Edad: 7-8 años	GRUPO POCO AVANZADO	Curso: 2º E.P
<p style="text-align: center;"><u>CONTENIDOS</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Practicar la técnica de la respiración. - Tumbarse boca arriba con ayuda y sin ayuda. - Familiarización con la piscina profunda. - Iniciación a los saltos con ayuda. - Iniciación a la patada de crol. 	<p style="text-align: center;"><u>ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Conocer la técnica de la respiración. - Ser capaces de tumbarse boca arriba en el agua sin ayuda. - Superar el miedo a la piscina profunda. - Practicar la patada de crol. 	
Diseño de las actividades	Gráficos	
<ol style="list-style-type: none"> 1. <u>Actividad 1.</u> En la piscina poco profunda agarraremos el bordillo y con la ayuda del churro, seguiremos con el aprendizaje de la técnica de la respiración. Los alumnos tendrán que hacer burbujas. 2. <u>Actividad 2.</u> En la piscina poco profunda, los estudiantes se tumbarán con la ayuda del churro boca arriba. En este ejercicio se tendrán que relajar dentro del agua. 3. <u>Actividad 3.</u> En la piscina profunda tendrán que meter la cabeza entera y practicar la respiración(burbujas) 4. <u>Actividad 4.</u> Iniciación a los saltos con ayuda del churro. Nos 		


<p>tiraremos al agua de la piscina profunda, y una vez estemos dentro del agua tendremos que ir hasta el bordillo dándole a los pies y practicando la respiración.</p> <p>5. <u>Actividad 5</u>. Iniciación a la patada de crol. Con la ayuda del churro alrededor de la cintura y la tabla en las manos, los alumnos tendrán que realizar la patada de crol, el recorrido que se llevará a cabo es medio largo (12,5 metros)</p>	
<p style="text-align: center;">Material empleado</p> <p>El material que se necesita para el desarrollo de esta sesión es el churro y la tabla.</p>	<p style="text-align: center;">Observaciones metodológicas y estrategias pedagógicas</p> <p>La realización de esta sesión fue complicada, ya que en cada actividad se les va exigiendo un poco más a los estudiantes, pero la respuestas de estos hacía las actividades planteadas no es la esperada, puesto que no logran vencer su miedo al agua y no confían del todo en el monitor.</p> <p>En la actividad 2, muchos no se atrevían a tumbarse, el hecho de no tocar con los pies el suelo les da inseguridad, y piensan que se van a hundir. En cuanto a la actividad 3, seguimos con el miedo, y muchos siguen sin atreverse a meterse a la piscina profunda, y aún menos meter la cabeza dentro del agua. La actividad 4 y 5 tan solo las desarrollaron de manera autónoma 5 estudiantes.</p>

Sesión 5- “Técnica del estilo crol”		
Día 1 de marzo		
Edad: 7-8 años	GRUPO AVANZADO	Curso: 2º E.P
<u>CONTENIDOS</u>	<u>ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE</u>	
<ul style="list-style-type: none"> - Entendimiento del buen uso de la respiración en la técnica de crol. - Iniciación de girar la cabeza para respirar en el estilo de crol. - Familiarización con la técnica de brazos del estilo crol. 	<ul style="list-style-type: none"> - Dominar la respiración en la técnica del estilo crol. - Aprender a girar la cabeza para poder respirar en el estilo crol. - Iniciar la técnica de brazos en el estilo crol. - Nadar de manera autónoma en el estilo crol. 	
Diseño de las actividades	Gráficos	
<ol style="list-style-type: none"> 1. <u>Actividad 1.</u> Los estudiantes agarrarán la tabla con las dos manos y con el cuerpo bien estirado moverán las piernas al estilo de crol. A la vez, meterán la cabeza y aguantarán lo máximo posible mirando hacia el suelo. 2. <u>Actividad 2.</u> Aprenderán a girar la cabeza (a la izquierda y a la derecha) para respirar en el estilo crol. Es como la actividad 1, pero en este ejercicio se introduce el movimiento de cabeza. 3. <u>Actividad 3.</u> En esta actividad se les explicará la importancia que tiene el codo en el estilo de crol. Para ello, con el churro entre las piernas los alumnos tendrán que nadar hacia atrás levantando el codo para sacar el brazo del agua. 4. <u>Actividad 4.</u> Los alumnos nadarán sin ningún tipo de apoyo el 		


<p>estilo crol completo, pondrán en práctica la técnica de brazos y el movimiento de la cabeza para respirar. Tan solo nadarán medio largo (12,5 metros)</p> <p>Para finalizar esta sesión, van a la piscina poco profunda (5 minutos), se les da libertad para que pongan en práctica lo aprendido. Esto lo hacen de manera autónoma y sin apoyos ni ayuda de material.</p>	
<p>Material empleado</p> <p>En esta sesión se ha empleado la tabla y el churro.</p>	<p>Observaciones metodológicas y estrategias pedagógicas</p> <p>Los estudiantes dominan más o menos la respiración por lo que se puede ampliar la dificultad de las actividades. La actividad 2 les cuesta realizarla, ya que meten una nueva técnica como es el movimiento de la cabeza, más o menos la han realizado sin problema, pero se nota que es algo nuevo para ellos.</p> <p>En cuanto a la actividad 4, ha resultado un tanto complicada, ya que nadar sin ningún tipo de apoyo y poner en práctica todas las técnicas aprendidas les resulta complicado.</p>

Sesión 6- “Superación del miedo a la piscina profunda”		
Día 8 de marzo		
Edad: 7-8 años	GRUPO POCO AVANZADO	Curso: 2º E.P
<p style="text-align: center;"><u>CONTENIDOS</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Superación de la desconfianza y el miedo extremo en la piscina profunda. - Técnicas para la respiración. - Nadar de manera autónoma en la piscina poco profunda sin ningún tipo de ayuda. 	<p style="text-align: center;"><u>ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Trabajar la desconfianza y el miedo a la piscina profunda. - Dominar las técnicas de respiración. - Ser capaz de nadar de manera autónoma sin ningún tipo de apoyo en la piscina poco profunda. 	
Diseño de las actividades	Gráficos	
<p>5. <u>Actividad 1.</u> En este ejercicio se trabajará la desconfianza que tienen los alumnos hacia la piscina profunda. Para ello, el monitor se meterá a la piscina con ellos; y les hará ver que con la ayuda del monitor y del churro no tienen que tener ningún miedo a meter la cabeza y a estar dentro de la piscina.</p> <p>6. <u>Actividad 2.</u> Los alumnos meterán la cabeza entera dentro del agua (con ayuda del profesor) y realizarán las técnicas de respiración explicadas en las sesiones anteriores (coger aire por la boca y expulsarlo por la nariz, técnica burbuja)</p> <p>7. <u>Actividad 3.</u> Los estudiantes irán a la piscina poco profunda, y</p>		


<p>de manera autónoma tendrán que nadar (sin tocar con los pies el suelo). En este ejercicio, pondrán en práctica las técnicas aprendidas en las sesiones anteriores como la respiración, los pies de crol...</p>	
<p style="text-align: center;">Material empleado</p> <p>Para el desarrollo de esta sesión se necesitan los churros, ya que todavía los alumnos no muestran las habilidades suficientes para meterse a la piscina profunda sin apoyos.</p>	<p style="text-align: center;">Observaciones metodológicas y estrategias pedagógicas</p> <p>La mayoría de los estudiantes de este grupo siguen mostrando una actitud de desconfianza ante el monitor y de miedo ante la piscina. Este hecho hace muy difícil realizar actividades más complejas y completas para la formación de sus habilidades acuáticas.</p> <p>En la actividad 2, necesitan la ayuda del monitor, porque muchos de ellos siguen sin atreverse a meter la cabeza entera dentro del agua. En cuanto a la actividad 3, el monitor emplea el método de observación, puesto que los alumnos intentan nadar en la piscina poco profunda; a su vez y el monitor se percata de qué alumnos van avanzando, cuales siguen mostrando dificultad, quienes siguen teniendo miedo...</p>

Sesión 6- “Iniciación al estilo de espalda”		
Día 8 de marzo		
Edad: 7-8 años	GRUPO AVANZADO	Curso: 2º E.P
<p style="text-align: center;"><u>CONTENIDOS</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Iniciación a los saltos sin apoyos. - Técnica de crol, trabajar los brazos y las piernas. - Familiarización con el estilo de espalda. 	<p style="text-align: center;"><u>ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Ser capaz de saltar a la piscina profunda sin ayuda. - Dominar la técnica del estilo crol. - Conocer las técnicas del estilo de espalda. 	
Diseño de las actividades	Gráficos	
<ol style="list-style-type: none"> 1. <u>Actividad 1.</u> Los alumnos realizarán saltos a la piscina profunda. Los saltos los desempeñan de manera libre, de esta manera van cogiendo confianza con la piscina profunda. 2. <u>Actividad 2.</u> Seguimos con la técnica de crol. Los alumnos trabajarán los brazos y las piernas de crol con la ayuda de una tabla y del churro. La tabla se la pondrán en las manos e irán con los brazos estirados; y el churro se lo colocarán alrededor de la cintura. 3. <u>Actividad 3.</u> Primera toma de contacto de los estudiantes con el estilo espalda. Los alumnos se colocarán el churro alrededor del cuello; tumbados boca arriba trabajarán la patada de espalda. Tan solo nadarán medio largo de la piscina (12,5 		

metros)	
<p style="text-align: center;">Material empleado</p> <p>En esta sesión se necesita la tabla, el churro y una colchoneta grande.</p>	<p style="text-align: center;">Observaciones metodológicas y estrategias pedagógicas</p> <p>Seguimos con una metodología de asignación de tareas, pero en la actividad 1 se les proporcionó a los alumnos cierta libertad, ya que la actividad consiste en tirarse a la piscina profunda de manera libre; así que empleamos en esta actividad una metodología de libre exploración.</p> <p>Al principio los alumnos se mostraban un tanto miedosos, puesto que aún no se atreven a tirarse al agua sin ningún tipo de apoyo. Pero una vez acabada esta actividad, los alumnos adquirieron la confianza necesaria para poder llevarlo a cabo sin ningún tipo de problema.</p> <p>En cuanto a la actividad 2, poco a poco a lo largo de las sesiones van dominando el estilo de crol junto con la respiración.</p> <p>Por último, la actividad 3, los alumnos mostraban cierta dificultad para realizar la patada de espalda.</p>

Sesión 7- “Comenzamos desplazarnos en la piscina profunda”		
Día 15 de marzo		
Edad: 7-8 años	GRUPO POCO AVANZADO	Curso: 2º E.P
<u>CONTENIDOS</u>	<u>ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE</u>	
<ul style="list-style-type: none"> - Trabajar la confianza en la piscina profunda. - Desplazamientos con ayuda en la piscina profunda. - Iniciación a la relajación. 	<ul style="list-style-type: none"> - Trabajar la confianza en ellos mismos. - Ser capaces de realizar pequeños desplazamientos con apoyos. - Intentar relajarse en la piscina profunda. 	
Diseño de las actividades	Gráficos	
<ol style="list-style-type: none"> 1. <u>Actividad 1.</u> En esta actividad se trabajará la confianza a la piscina profunda. Para ello, los alumnos con un churro alrededor de la cintura tendrán que ser capaces de meterse dentro del agua sin ayuda del monitor. 2. <u>Actividad 2.</u> Con el churro alrededor de la cintura, los alumnos llevarán a cabo un breve desplazamiento (desde el bordillo hasta la mitad de la piscina 12,5 metros); en esta actividad tendrán que practicar los pies de crol aprendidos en las sesiones anteriores; y la respiración (burbuja). 3. <u>Actividad 3.</u> El monitor se meterá al agua, cogerá a los alumnos uno por uno y con la ayuda del churro, los tumbará boca arriba. La intención es que los alumnos lleguen a relajarse y se queden flotando boca arriba del agua. 		

<p>4. <u>Actividad 4.</u> Los alumnos pondrán en práctica la actividad 3 en la piscina poco profunda.</p>	
<p style="text-align: center;">Material empleado</p> <p>El material que se necesita para el desarrollo de esta sesión son los churros.</p>	<p style="text-align: center;">Observaciones metodológicas y estrategias pedagógicas</p> <p>Los alumnos de este grupo siguen teniendo mucho miedo a la piscina profunda.</p> <p>En la actividad 2, la mayoría de los estudiantes se agarran al borde de la piscina, porque aún no se atreven a desplazarse de manera autónoma dentro del agua de la piscina profunda.</p> <p>En cuanto a la actividad 3, muy pocos alumnos han conseguido relajarse, la mayoría de ellos estaban muy inquietos; incluso alguno ha llorado por el miedo que tenía.</p> <p>La actividad 4, los alumnos la han desempeñado sin ningún tipo de problema, ya que en la piscina poco profunda están más confiados porque tocan el suelo con los pies.</p>


Sesión 7- “Iniciación al salto de cabeza”		
Día 15 de marzo		
Edad: 7-8 años	GRUPO AVANZADO	Curso: 2º E.P
<p style="text-align: center;"><u>CONTENIDOS</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Iniciación a la flotación. - Saltos de cabeza en la piscina profunda. - Trabajar la respiración mediante el buceo. 	<p style="text-align: center;"><u>ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Ser capaces de flotar con apoyo. - Saltar de cabeza a la piscina. - Bucear después del salto de cabeza. 	
Diseño de las actividades	Gráficos	
<ol style="list-style-type: none"> 1. <u>Actividad 1.</u> Los alumnos trabajarán la flotación boca arriba, para ello se colocarán los pull-boy entre las axilas; al comienzo de esta actividad sí que podrán mover los pies pero de forma muy suave. 2. <u>Actividad 2.</u> Seguimos con la flotación, pero en esta actividad se colocarán el churro alrededor del cuello y no tendrán que mover ninguna parte de su cuerpo. Se tendrán que dejar mover por los movimientos del agua. 3. <u>Actividad 3.</u> Los alumnos se iniciarán con el salto de cabeza, el monitor les ayudará. Los estudiantes se tendrán que tirar de cabeza y seguidamente bucear hasta donde puedan. 4. <u>Actividad 4.</u> Pondrán en práctica lo aprendido en la piscina 		

poco profunda.	
<p style="text-align: center;">Material empleado</p> <p>En esta sesión se han empleado los pull-boys y los churros.</p>	<p style="text-align: center;">Observaciones metodológicas y estrategias pedagógicas</p> <p>La actividad 1 y 2 se realiza para que los alumnos vayan cogiendo más confianza con el medio acuático, y se llevó a cabo sin ningún tipo de problema.</p> <p>En cuanto a la actividad 3, los alumnos muestran cierto temor, puesto que la mayoría no sabe tirarse de cabeza; pero con el transcurso de la actividad fueron cogiendo confianza y se tiraban sin ningún problema. Cabe señalar, que todavía no saben tirarse bien en este estilo.</p> <p>En cuanto a la actividad 4, los alumnos realizaron la flotación en la piscina poco profunda sin ningún tipo de apoyo, ya que como tocan el suelo con los pies muestran más seguridad a la hora de poner en práctica las actividades.</p>


Sesión 8- “Aprendemos el estilo crol”		
Día 22 de marzo		
Edad: 7-8 años	GRUPO POCO AVANZADO	Curso: 2º E.P
<p style="text-align: center;"><u>CONTENIDOS</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Respiración agarrados al borde la de piscina profunda. - Iniciación a los brazos de crol. - Desplazamientos con apoyo al estilo crol. - Desplazamientos moviendo los pies al estilo crol. 	<p style="text-align: center;"><u>ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Controlar la respiración en el medio acuático. - Conocer la técnica de brazos de crol. - Ser capaces de desplazarse con apoyos. 	
Diseño de las actividades	Gráficos	
<ol style="list-style-type: none"> 1. <u>Actividad 1.</u> Los alumnos seguirán trabajando la respiración, se agarrarán al bordillo de la piscina profunda y al mismo tiempo que mueven los pies (patada crol), meten y sacan la cabeza practicando la respiración. 2. <u>Actividad 2.</u> Con la ayuda del churro y la tabla, los alumnos trabajarán los brazos de crol. El churro se lo colocarán alrededor de la cintura; y la tabla en las manos con los brazos estirados. 3. <u>Actividad 3.</u> Los alumnos se colocarán el churro entre las piernas, y realizarán pequeños desplazamientos (desde la escalera al bordillo) moviendo los brazos y las piernas al estilo crol. Este ejercicio contará con la ayuda del monitor. 		




Material empleado	Observaciones metodológicas y estrategias pedagógicas
<p>Para el desarrollo de esta sesión se necesitan la tabla y los churros.</p>	<p>Los alumnos aún no controlan la respiración, y eso que se trabaja en todas las sesiones.</p> <p>En la actividad 2, tienen mucho miedo, muchos de los estudiantes no son capaces de estirar los brazos; doblan los codos y se apoyan sobre la tabla.</p> <p>Por último, en la actividad 3, es imprescindible la ayuda del monitor.</p>

Sesión 8- “Iniciación a la patada de espalda”		
Día 22 de marzo		
Edad: 7-8 años	GRUPO AVANZADO	Curso: 2º E.P
<p style="text-align: center;"><u>CONTENIDOS</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Iniciación a la patada de espalda. - Aprendizaje de los brazos de espalda. - Realización del estilo espalda completa con y sin apoyos. - Continuamos con el buceo. 	<p style="text-align: center;"><u>ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Conocer la patada de espalda. - Practicar los brazos de espalda. - Nadar con y sin apoyo al estilo espalda. - Ser capaz de bucear con las técnicas aprendidas. 	
Diseño de las actividades		
<ol style="list-style-type: none"> 1. <u>Actividad 1.</u> Los alumnos aprenderán la patada de espalda, para ello se colocarán el churro alrededor del cuello tumbados boca arriba; llevarán a cabo medio largo. 2. <u>Actividad 2.</u> Con el churro entre las piernas, los estudiantes aprenderán a mover los brazos del estilo de espalda. Aprenderán a mover el hombro y el brazo en este estilo. 3. <u>Actividad 3.</u> Los alumnos nadarán el estilo de espalda completa con la ayuda de un churro. Después en el siguiente largo, nadarán espalda completa sin ningún tipo de apoyo. 4. <u>Actividad 4.</u> Los alumnos se sumergirán debajo del agua y tendrán que contar hasta 10; tendrán que emplear las técnicas aprendidas de respiración (burbuja). Después, el monitor 	<p style="text-align: center;">Gráficos</p> 	


lanzará un aro al fondo de la piscina, y el alumno que se atreva tendrá que bucear e intentar cogerlo.	
<p style="text-align: center;">Material empleado</p> <p>En esta sesión se necesitan las tablas, los churros y los aros pequeños de colores.</p>	<p style="text-align: center;">Observaciones metodológicas y estrategias pedagógicas</p> <p>En cuanto al estilo de espalda, los alumnos no muestran temor a la hora de ponerlo en práctica. En la actividad 3, los alumnos presentan dificultades a la hora de nadar al estilo de espalda sin apoyo, pero todos los estudiantes lo han desarrollado.</p> <p>En la actividad de coger los aros, varios alumnos no se han atrevido a llevarla a cabo; el monitor en ningún momento les ha obligado a realizar la actividad, puesto que el monitor no les exige que cumplan un ritmo o nivel de aprendizaje determinado, cada alumno tiene su propio nivel.</p>

Sesión 9 “Nos desplazamos con apoyos”		
Día 12 de abril		
Edad: 7-8 años	GRUPO POCO AVANZADO	Curso: 2° E.P
<u>CONTENIDOS</u>	<u>ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE</u>	
<ul style="list-style-type: none"> - Continuamos con la técnica de la respiración. - Desplazamientos alejados del borde con apoyo. - Trabajar los brazos de crol. - Flotación boca arriba con y sin apoyos. 	<ul style="list-style-type: none"> - Dominar la respiración en la piscina profunda. - Nadar con apoyo sin tocar el borde de la piscina. - Conocer la técnica del movimiento de los brazos de crol. - Superar el miedo a la flotación boca arriba sin apoyos. 	
Diseño de las actividades	Gráficos	
<ol style="list-style-type: none"> 1. <u>Actividad 1.</u> Los estudiantes se agarrarán al borde para practicar la respiración. Cogerán aire por la boca, meterán la cabeza dentro del agua, y lo expulsarán por la nariz (burbuja) 2. <u>Actividad 2.</u> Los alumnos nadarán 50 metros (2 largos) con ayuda del churro a su estilo. La intención de este ejercicio es que los alumnos logren separarse del borde. 3. <u>Actividad 3.</u> Los estudiantes se mantendrán de manera estática en el agua con el churro alrededor de la cintura, sacarán los brazos del agua practicando el movimiento de brazos en el estilo crol. 		

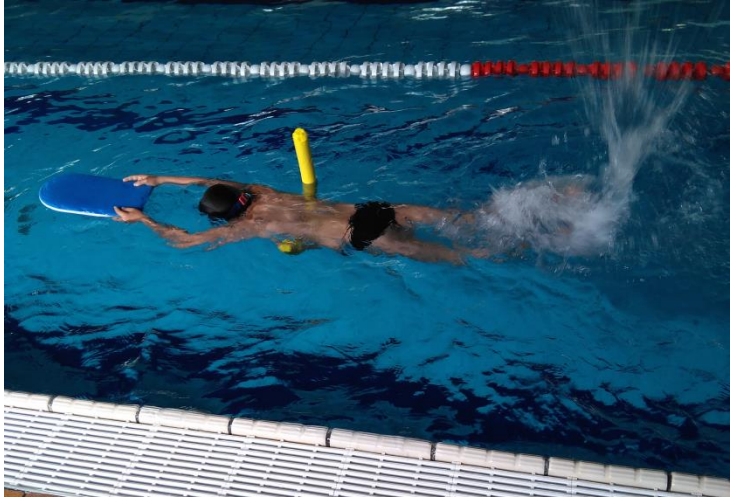
<p>4. <u>Actividad 4.</u> En la piscina poco profunda, los alumnos trabajarán la flotación boca arriba, primero lo llevarán a cabo con la ayuda del monitor y después lo realizarán de manera autónoma sin apoyo de material.</p>	
<p style="text-align: center;">Material empleado</p> <p>El material que se necesita son los churros.</p>	<p style="text-align: center;">Observaciones metodológicas y estrategias pedagógicas</p> <p>Los alumnos siguen teniendo mucho miedo a la hora de hacer actividades en la piscina profunda. En la actividad 2, la mayoría de los alumnos no se atrevían a soltar el bordillo; y aquellos que lo soltaban enseguida lo volvían a agarrar.</p> <p>Seguimos con la técnica de la respiración porque aún no muestran las habilidades y las destrezas necesarias.</p> <p>En cuanto a las actividades planteadas en la piscina poco profunda, la mayoría de los estudiantes las desarrollan sin problema, puesto que esa piscina no les da tanto miedo como la piscina profunda.</p>

Sesión 9 “Alargamos los desplazamientos”		
Día 12 de abril		
Edad: 7-8 años	GRUPO AVANZADO	Curso: 2º E.P
<u>CONTENIDOS</u>	<u>ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE</u>	
<ul style="list-style-type: none"> - Realizamos los desplazamientos con más distancia. - Trabajamos los brazos de crol con apoyo. - Patada de espalda con apoyo. - Saltos de cabeza con ayuda de una pelota. 	<ul style="list-style-type: none"> - Ser capaz de nadar más metros en la piscina profunda. - Conocer la técnica de los brazos de crol. - Realizar la patada de espalda. - Superar el miedo al salto de cabeza en la piscina profunda. 	
Diseño de las actividades	Gráficos	
<ol style="list-style-type: none"> 1. <u>Actividad 1</u>. Con el churro entre las piernas, los alumnos trabajarán los brazos de crol. 2. <u>Actividad 2</u>. Los alumnos se colocarán el churro entre las piernas y la tabla en las manos con los brazos estirados, para trabajar la patada de crol. 3. <u>Actividad 3</u>. Seguimos con la iniciación a la patada de espalda, los estudiantes boca arriba, se colocarán el churro alrededor del cuello para trabajar la patada. 4. <u>Actividad 4</u>. Continuamos con el salto de cabeza, para ello los alumnos contarán con la ayuda del monitor y de una pelota grande. 		


Material empleado	Observaciones metodológicas y estrategias pedagógicas
<p>Para el desarrollo de esta sesión se necesitan los churros, tablas y una pelota grande.</p>	<p>En esta sesión (y en las siguientes), los alumnos realizan largos de 25 metros, ya que antes solo nadaba media piscina (12,5 metros).</p> <p>Continuamos trabajando los brazos de crol porque todavía muestran dificultades a la hora moverlos cuando nadan a ese estilo.</p> <p>En la patada de espalda muestran dominio sobre ella. Pero en el salto de cabeza, todavía no son capaces de realizarlo de manera autónoma.</p>

Sesión 10 “Continuamos con la flotación”		
Día 19 de abril		
Edad: 7-8 años	GRUPO POCO AVANZADO	Curso: 2º E.P
<u>CONTENIDOS</u>	<u>ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE</u>	
<ul style="list-style-type: none"> - Técnicas de respiración. - Desplazamientos con apoyo. - Flotación con y sin apoyo. 	<ul style="list-style-type: none"> - Dominar la respiración. - Ser capaces de desplazarse con apoyos. - Flotar boca arriba sin ningún tipo de apoyo. 	
Diseño de las actividades	Gráficos	
<ol style="list-style-type: none"> 1. <u>Actividad 1.</u> Seguiremos trabajando con los alumnos las técnicas de respiración. 2. <u>Actividad 2.</u> Los alumnos nadarán dos largos completos (50 metros) con el churro alrededor de la cintura. En estos largos practicarán la patada de crol. 3. <u>Actividad 3.</u> El monitor se meterá a la piscina profunda e irá cogiendo a los alumnos para practicar la flotación boca arriba sin apoyos. En esta actividad, el monitor tiene el objetivo de que los alumnos se relajen y logren flotar. 4. <u>Actividad 4.</u> Los alumnos irán a la piscina poco profunda junto con el monitor y pondrán en práctica todo lo aprendido en las actividades anteriores. 		

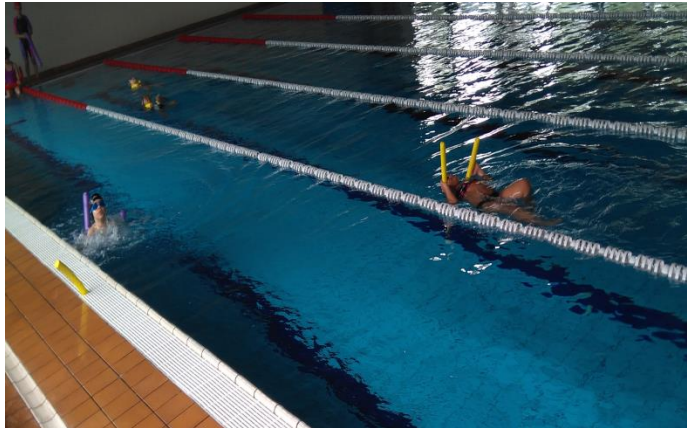
Material empleado	Observaciones metodológicas y estrategias pedagógicas
<p>Para el desarrollo de esta sesión tan solo se necesitan los churros.</p>	<p>El objetivo que tiene la actividad 2, es que los alumnos consigan realizar un largo sin agarrarse al bordillo; lo cual fue imposible ya que la mayoría de los alumnos mostraban temor si soltaban el bordillo para nadar.</p> <p>En la actividad 3, aunque el monitor ayude a los alumnos, estos siguen manifestando miedo a las actividades en la piscina profunda, muchos no consiguieron tumbarse boca arriba porque estaban muy tensos, incluso alguno de ellos lloraban.</p> <p>En la piscina poco profunda los alumnos realizan todas las actividades planteadas por el monitor sin ningún problema, ya que les da seguridad y confianza el poder tocar con los pies el suelo.</p>

Sesión 10 “Dominamos los estilos de crol y espalda”		
Día 19 de abril		
Edad: 7-8 años	GRUPO AVANZADO	Curso: 2º E.P
<p style="text-align: center;"><u>CONTENIDOS</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Trabajar la patada y los brazos de crol con apoyo. - Trabajar la patada de espalda con apoyo. - Nadar a los estilos de crol y espalda sin apoyo. - Salto de cabeza a la piscina 	<p style="text-align: center;"><u>ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Conocer las técnicas de la patada y brazos de crol. - Dominar la patada de espalda. - Ser capaces de nadar sin ningún apoyo a los estilos de crol y espalda. - Saltar de cabeza en la piscina profunda. 	
<p style="text-align: center;">Diseño de las actividades</p>	<p style="text-align: center;">Gráficos</p>	
<ol style="list-style-type: none"> 1. <u>Actividad 1.</u> Con la tabla en las manos, brazos estirados y el churro alrededor de la cintura; los alumnos trabajarán la patada y brazos de crol. 2. <u>Actividad 2.</u> Los alumnos se pondrán el churro alrededor del cuello y trabajarán la patada de espalda. 3. <u>Actividad 3.</u> Los alumnos nadarán sin material a los estilos de crol y espalda. 4. <u>Actividad 4.</u> Continuamos con el salto de cabeza, los alumnos se tirarán a la piscina de cabeza con la ayuda de la pelota grande. Se tirarán de cabeza, y seguidamente tendrán que nadar un largo a crol sin apoyos. 		

Material empleado	Observaciones metodológicas y estrategias pedagógicas
<p>Los materiales que se necesitan en esta sesión son los churros, las tablas y la pelota grande.</p>	<p>Los alumnos siguen realizando largos de 25 metros.</p> <p>En las actividades 1 y 2, cuando los alumnos nadan con apoyo no presentan ningún tipo de problema, muestran dominio en todas las técnicas necesarias para los dos estilos. En cambio, cuando tienen que nadar sin apoyos, tienen más dificultades para desarrollar de manera eficaz las técnicas aprendidas en ambos estilos.</p>

Sesión 11 “Ponemos en práctica todo lo aprendido”		
Día 26 de abril		
Edad: 7-8 años	GRUPO POCO AVANZADO	Curso: 2º E.P
<u>CONTENIDOS</u>	<u>ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE</u>	
<ul style="list-style-type: none"> - Trabajamos patada de crol. - Técnica de respiración. - Trabajar los brazos de crol. - Flotación estática con apoyo. 	<ul style="list-style-type: none"> - Dominar la patada de crol. - Controlar la respiración en el medio acuático. - Conocer la técnica de brazos de crol. - Superar el miedo a la flotación. 	
Diseño de las actividades	Gráficos	
<ol style="list-style-type: none"> 1. <u>Actividad 1.</u> Agarrados al borde de la piscina profunda, los alumnos realizarán la patada de crol y a la vez meterán la cabeza para practicar la respiración (burbujas) 2. <u>Actividad 2.</u> Con el churro entre las piernas, los alumnos realizarán un largo practicando los brazos de crol. 3. <u>Actividad 3.</u> Sin la ayuda del monitor, los alumnos con el churro alrededor de la cintura, se tendrán que tumbar boca arriba y tratarán de relajarse. Una vez lo consigan, moverán muy suave los pies. 4. <u>Actividad 4.</u> Los alumnos dispondrán de tiempo libre en la piscina poco profunda, para jugar entre ellos o realizar las actividades que quieran. 	 <p>A photograph showing three children in a swimming pool. They are standing on the tiled edge of the pool, holding a long, yellow inflatable ring. The child on the left is wearing a yellow swim cap and a dark swimsuit. The child in the middle is wearing a red swim cap and a blue swimsuit. The child on the right is wearing a red swim cap and a purple swimsuit. They are all looking towards the camera. In the background, there is a window with a view of greenery outside, and on the wall, there are several red fire safety signs and a fire extinguisher.</p>	

Material empleado	Observaciones metodológicas y estrategias pedagógicas
<p>Para el desarrollo de esta sesión se necesitan los churros.</p>	<p>La mayoría de los estudiantes siguen sin dominar la respiración por el miedo que le tienen a la piscina profunda.</p> <p>En cuanto a los pies de crol los desarrollan sin ningún tipo de problema, en cambio en los movimientos de los brazos presentan mayor dificultad.</p> <p>La mayoría sigue sin conseguir relajarse por lo que no consiguen flotar en la piscina profunda.</p> <p>En esta sesión disfrutaron de tiempo libre, ya que era el último día y se les dio a los alumnos cierta libertad.</p>

Sesión 11 “Ponemos en práctica lo aprendido”		
Día 26 de abril		
Edad: 7-8 años	GRUPO AVANZADO	Curso: 2º E.P
<p style="text-align: center;"><u>CONTENIDOS</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Patada y brazos crol con apoyo. - Patada de espalda con apoyo. - Nadar a los estilos crol y espalda sin apoyo. - Salto de cabeza sin apoyo. 	<p style="text-align: center;"><u>ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Dominar los estilos de crol y espalda sin apoyos. - Saltar de cabeza sin apoyo. 	
Diseño de las actividades	Gráficos	
<ol style="list-style-type: none"> 1. <u>Actividad 1.</u> Con la tabla en las manos y brazos estirados, los alumnos trabajarán la patada de crol junto con los brazos. Cuando muevan los brazos tendrán que poner en práctica la respiración. 2. <u>Actividad 2.</u> Con el churro alrededor del cuello, los alumnos desarrollarán la patada de espalda. 3. <u>Actividad 3.</u> Los alumnos realizarán dos largos completos a los estilos de crol y espalda, ambos sin apoyos. 4. <u>Actividad 4.</u> Los alumnos se tirarán de cabeza sin el apoyo de la pelota. Una vez en el agua tendrán que nadar un largo completo a crol sin apoyos. 5. <u>Actividad 5.</u> Los alumnos disfrutarán de tiempo libre en la 		

piscina poco profunda.	
<p style="text-align: center;">Material empleado</p> <p>Para la puesta en marcha de esta sesión serán necesarios los churros y las tablas.</p>	<p style="text-align: center;">Observaciones metodológicas y estrategias pedagógicas</p> <p>Los alumnos ya van dominando los estilos de crol y espalda, aún tienen que mejorar la técnica pero las habilidades básicas las desempeñan sin ningún problema.</p> <p>Todavía tienen que mejorar el salto a la piscina de cabeza, ya que por lo general es algo que les cuesta a todos los niños.</p> <p>En esta sesión disfrutaron de tiempo libre en la piscina profunda.</p>

Anexo 3: Autorización del centro educativo.



Autorización del centro educativo para la publicación de imágenes de los alumnos.

Doña María Concepción Mardonés Arrastia con DNI 72673650K, como directora del centro educativo público “Ángel Martínez Baigorri”, junto con los tutores de segundo curso de Educación Primaria Don Jesús Valerio Martínez de Espronceda con DNI 72666816H y David Molpeceres Tejero con DNI 71144028Z; autorizan a Amaia Campo Prados con DNI 44646316 G, a la realización de fotografías de los alumnos en las diversas actividades educativas planteadas dentro de la jornada escolar, para su posterior publicación en su Trabajo Fin de Grado; prohibiendo su uso para otro tipo de publicaciones accesibles a cualquier persona.

Este centro dispone del consentimiento de los padres/madres/tutores legales para poder realizar diversas fotografías con carácter pedagógico a los alumnos en las diferentes actividades realizadas tanto dentro como fuera del centro educativo.

Anexo 4: Autorización de la instalación.

Autorización y consentimiento para la realización de fotografías en la instalación.

Doña Laura Benito Alvarado con DNI 16594916W, como representante de la empresa BPXORT KIROL ZERBITZUAK S.L, autoriza a Doña Amaia Campo Prados con DNI 44646316G, a la realización de fotografías o grabaciones de vídeo en las diversas actividades educativas planteadas dentro de la jornada escolar, y su publicación en su Trabajo Fin de Grado; sin ánimo de lucro y con la prohibición total de publicarlas en blogs, o páginas web accesibles a cualquier persona conectada a internet.

Fdo: Laura Benito Alvarado.

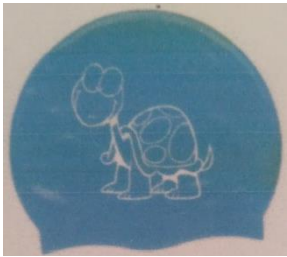


Anexo 5: Informe de evaluación individual.

Datos informativos										
Nombre:										
Edad:										
Fecha:										
OBJETIVOS DE LA INICIATIVA										
Desarrollar las capacidades de los alumnos en el medio acuático como las habilidades acuáticas.										
El alumno flota de manera autónoma en la piscina profunda	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
El alumno controla la técnica de respiración.										
El alumno es capaz de bucear.										
El alumno ha desarrollado las habilidades necesarias para desplazarse en la piscina profunda al estilo crol sin ningún tipo de apoyo.										
El niño ha desarrollado las habilidades necesarias para desplazarse en la piscina profunda al estilo de espalda sin ningún tipo de apoyo.										
El niño es capaz de saltar a la piscina profunda sin ningún tipo de ayuda.										
El niño domina el salto de cabeza.										
El niño domina la respiración nadando al estilo crol.										
El niño ha vencido su miedo a la piscina profunda.										
El niño se muestra tranquilo y relajado realizando las actividades en el medio acuático.										
Ser capaces de desenvolverse en el medio acuático.										
El alumno es capaz de nadar solo con patada										

de crol, sin darle a los brazos.										
El alumno es capaz de nadar solo con brazos de crol, sin darle a los pies.										
El alumno es capaz de nadar al estilo crol de manera autónoma.										
El alumno es capaz de realizar la respiración necesaria en el estilo crol.										
El alumno es capaz de nadar con las piernas al estilo de espalda, sin darle a los brazos.										
El alumno es capaz de nadar solo con los brazos al estilo de espalda, sin darle a los pies.										
El alumno es capaz de nadar al estilo de espalda completo.										
El alumno es capaz de bucear 12,5 metros.										
El alumno es capaz de abrir los ojos dentro del agua.										
Incentivar la confianza en uno mismo.										
El alumno se atreve a meterse a la piscina profunda sin ningún tipo de apoyo.										
El alumno se atreve a nadar sin ningún tipo de apoyo.										
El alumno se atreve a tirarse a la piscina profunda sin ningún tipo de apoyo.										
El alumno se atreve a meter la cabeza en la piscina profunda.										
El alumno se atreve a bucear.										
Fomentar normas de respeto hacia los										

compañeros, los monitores, la instalación y el material.										
El alumno respeta las normas de la instalación.										
El alumno respeta a los monitores.										
El alumno respeta a sus compañeros.										
El alumno cuida el material de la instalación.										
El alumno lleva el material necesario para realizar la actividad.										
El alumno cumple con unos hábitos de higiene básicos.										
El alumno muestra buena actitud y comportamiento hacia la actividad.										
El alumno se muestra educado con los monitores y el personal de la instalación.										
El alumno muestra una actitud cooperativa hacia la actividad.										

Anexo 6: Ficha de evaluación de nivel.

NIVEL	GORRO	OBJETIVOS
Tortuga		<ul style="list-style-type: none"> - Es un nivel de familiarización. - Meter la cabeza bajo el agua 3-5 segundos. - Empezar a hacer burbujas bajo el agua. - Abrir los ojos bajo el agua. - Tumbarse boca arriba con ayuda (tabla). - Tumbarse boca abajo con ayuda (tabla).
Cangrejo		<ul style="list-style-type: none"> - Tumbarse boca arriba, sin ayuda, durante 5-8 segundos. - Tumbarse boca abajo, sin ayuda, durante 5-8 segundos. - Trabajar con la respiración boca arriba, coger aire por la boca y echarlo por la nariz. - Trabajar la respiración boca abajo: hacer burbujas dentro y fuera del agua (coger y expulsar el aire) - Propulsión de las piernas boca abajo, con ayuda (tabla) y sin ayuda. - Propulsión de las piernas boca arriba, con ayuda (tabla) y sin ayuda. - Habilidades básicas: saltar al agua con y sin ayuda.
Pulpo		<ul style="list-style-type: none"> - Posición hidrodinámico perfecta, boca arriba y boca abajo (con los brazos estirados hacia arriba) - Propulsión de brazos de estilo espalda. Coordinación con la respiración. - Propulsión de brazos estilo crol. Coordinación con la respiración. - Coordinación entre brazos y respiración en los estilos espalda y crol. - Habilidades básicas: saltos sin ayuda (desde el bordillo)

